Rezept

Räubersuppe

Ein Rezept von Räubersuppe, am 16.06.2025

Zutaten

1	Zwiebel
1	rote Paprikaschote
500 g	Rinderhackfleisch
6-7 EL	verträglicher Ketchup
	Pfeffer
	Zucker (nach Belieben)
1	Knoblauchzehe
1 EL	Rapsöl
1 Dose	Kidneybohnen (410 g Abtropfgewicht)
500 ml	verträgliche Instant-Gemüsebrühe
	Jodsalz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 430 kcal

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Paprikaschote halbieren, putzen, waschen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden.

2. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel und das Hackfleisch darin anbraten. Das Hackfleisch dabei mit einer Gabel zerbröseln.

3. Die Kidneybohnen, Paprikawürfel, 6 EL Ketchup sowie den Knoblauch zugeben und die Brühe angießen. Die Suppe aufkochen lassen und mit Pfeffer, Jodsalz und eventuell etwas Zucker und Ketchup abschmecken.