

Rezept

Reissuppe mit Zucchini und Feta

Ein Rezept von Reissuppe mit Zucchini und Feta, am 05.08.2024

Zutaten

2 junge Zucchini	1 rote Paprikaschote
1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 Zweige Thymian	2 EL Olivenöl
150 g Langkornreis	1 l Gemüsebrühe
2 TL Tomatenmark	100 g Sahne
Salz und Pfeffer	1 TL edelsüßes Paprikapulver
100 g Feta	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 390 kcal

Zubereitung

1. Die Zucchini und die Paprika waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Den Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen von den Stielen streifen.
2. Das Öl im Suppentopf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Thymian darin andünsten. Zucchini und Paprika kurz mitgaren. Den Reis unterrühren, die Brühe dazugießen und erhitzen. Das Tomatenmark untermischen und die Suppe zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 20 Min. köcheln, bis der Reis bissfest ist.
3. Die Sahne untermischen, die Suppe mit Salz, Pfeffer und Paprika abschmecken. Den Feta in kleine Würfel krümeln und vor dem Servieren auf die Suppe streuen. Dazu passt Fladenbrot mit Sesam (am besten kurz aufgebacken).