

Rezept

Tomaten-Eintopf mit Chorizo

Ein Rezept von Tomaten-Eintopf mit Chorizo, am 04.12.2024

Zutaten

½ Bund Petersilie	1 Zwiebel (ca. 80 g)
1 Knoblauchzehe	20 g Rapsöl (2 EL)
300 g Tomaten	1 dünne Stange Lauch (ca. 200 g)
300 g Wirsing	20 g Tomatenmark
700 g Gemüsebrühe	1 Dose Cannellini-Bohnen (265 g Abtropfgewicht)
200 g Chorizo am Stück	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 320 kcal, 22 g F, 17 g EW, 12 g KH

Zubereitung

1. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen. Zwiebel und Knoblauch schälen, halbieren und mit der Petersilie im Mixtopf 7 Sek. / Stufe 5 hacken. Mit dem Spatel nach unten schieben, das Öl dazugeben und alles 3 Min. / 120° / Stufe 1 dünsten.
2. Die Tomaten waschen, vierteln, die Stielansätze entfernen. Lauch putzen, gründlich waschen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Wirsing putzen, waschen und grob schneiden. Nach Ende der Garzeit Tomaten, Lauch und Wirsing in den Mixtopf geben und 10 Sek. / Stufe 5 zerkleinern. Tomatenmark und Brühe hinzufügen und alles 13 Min. / 100° / Stufe 2 garen.
3. Inzwischen die Bohnen abtropfen lassen. Chorizo in Scheibchen schneiden. Beides in den Mixtopf geben. Die Suppe weitere 5 Min. / 100° / Linkslauf / Stufe 2 garen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.