

Rezept

# Tortellini-Suppe mit Spinat im Glas

Ein Rezept von Tortellini-Suppe mit Spinat im Glas, am 25.04.2024

## Zutaten

<b>4</b> getrocknete Tomaten (in Öl)	<b>20 g</b> Parmesan
<b>100 g</b> TK-Blattspinat (aufgetaut)	<b>1 TL</b> Gemüsebrühe (Instant)
<b>2 EL</b> Basilikumpesto (aus dem Glas)	Salz
Pfeffer	<b>250 g</b> frische Tortellini (aus dem Kühlregal)

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Gläser (à ca. 500 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal, 13 g F, 19 g EW, 41 g KH

## Zubereitung

1. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und in feine Streifen oder Würfel schneiden. Den Parmesan fein reiben.

---

2. Zuerst den Spinat auf die Gläser verteilen. Nacheinander Brühepulver, Pesto, Salz, Pfeffer, Tortellini, Tomaten und Parmesan darüberschichten. Gläser verschließen und in den Kühlschrank stellen.

---

3. Vor dem Essen die Gläser am besten Raumtemperatur annehmen lassen. Pro Glas 300 ml Wasser zum Kochen bringen und über die Zutaten im Glas gießen. Dann verschließen und 5-10 Min. stehen lassen, dabei immer wieder kräftig schwenken, damit die Suppe gleichmäßig heiß wird. Die Tortellini-Suppe in einen tiefen Teller oder eine Schale füllen.