

Italienische - Gemüsesuppe

Kategorien: Vorspeisen, Suppen

Zutaten für: 1 Keine Angabe

250	Gramm	Möhren
250	Gramm	Zucchini
250	Gramm	Staudensellerie
250	Gramm	Kartoffeln
1	Bund	Lauchzwiebeln
4	Essl.	Sojaöl
		Salz
		Pfeffer
1	Ltr.	Klare Hühnersuppe
1	klein.	Dose Tomaten (420 g)
1/2	Teel.	Thymian
100	Gramm	Suppennudeln
1	Bund	Basilikum
50	Gramm	Ger. Parmesan

Anleitung:

Auch Mienistrone genannt !

Das Gemüse putzen, waschen und in Würfel oder Scheiben schneiden. Das Sojaöl in einem Topf erhitzen, das Gemüse zufügen und unter Rühren 3 Minuten andünsten. Die Hühnersuppe und den Saft der Tomaten zugießen, Thymian untermischen. Die Suppe zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Minuten garen. Inzwischen die Nudeln in reichlich Salzwasser bißfest kochen, auf einem Sieb kurz kalt abspülen und abtropfen lassen. Die Tomaten würfeln, mit den Nudeln zur Suppe geben und erhitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikumblätter hacken, mit dem Parmesan mischen und über die Suppe streuen oder extra servieren.

Pro Portion etwa 1515kJ / 360 kcal

Zubereitungszeit: 35 Minuten

Quelle:

Aus einer Rezeptsammlung von Konrad Heizmann
Rezept erfasst mit*RK*17.08.2015 von K.H.