

Italienische Rezepte

Minestrone - Italienische Gemüsesuppe

Anzahl: 8 Personen

Gattung: Gemüse, Suppe, Vorspeisen, Italien

1/2 cup Getrocknete weiße Bohnen
4 Essl. Butter
1 cup Frische grüne enthüllste
- Erbsen
- (etwa 500 g mit Hülsen)
1 cup Ungeschälte, aber
- gebürstete Zucchini
- (etwa 250 g)
1 cup In Würfel geschnittene
- Mohrrüben
1 cup In Würfel geschnittene
- Kartoffeln
0,33 cup Dünngeschnittener
- Stangensellerie
50 g In Würfel geschnittener
- Schinkenspeck

2 Essl. Feingeschnittene Zwiebeln
1/2 cup Feingehackter Porree
2 Tasse/n Abgetropfte, geschälte
- italienische Tomaten
- aus der Dose, grob gehackt
2 Liter Hühnerbouillon, frisch, aus
- der Dose
- oder aus Würfeln
1 Lorbeerblatt und
2 Petersiliensträußchen,
- zusammengebunden
1 Teel. Salz
Frisch gemahlener schwarzer
- Pfeffer
1/2 cup Einfacher ungekochter Reis

GARNIERUNG

1 Essl. Feingeschnittenes Basilikum
- oder 1 TL getrocknetes,
- zerkrümeltes Basilikum
1 Essl. Feingehackte frische

- Petersilie
1/2 Teel. Feingehackter Knoblauch
1/2 cup Frisch geriebener Parmesan

1 l Wasser in einer 3 bis 4 l fassenden Kasserolle zum Kochen bringen. Die 1/2 Tasse weiße Bohnen hinzufügen und 2 Minuten kurz auf kochen lassen. Die Kasserolle von der Kochstelle nehmen und die Bohnen ohne umzurühren 1 Stunde im Wasser einweichen lassen. Dann die Kasserolle zurück auf die Kochstelle geben und die Bohnen bei schwacher Hitze unbedeckt etwa 1 bis 1 1/2 Stunden kochen, bis sie gerade weich sind. Die Bohnen gut abtropfen lassen und in einer Schüssel beiseite stellen. Die Butter bei mäßiger Hitze in einer schweren Pfanne von 25 bis 30 cm Durchmesser zerlassen. Wenn sich der Schaum gelegt hat, die grünen Erbsen, Zucchini, Mohrrüben, Kartoffeln und den Stangensellerie hineintun. Bei ständigem Rühren mit einem Holzlöffel 2 bis 3 Minuten braten, bzw. bis alles leicht mit Butter überzogen, jedoch nicht gebräunt ist. Beiseite stellen. Die Schinkenspeckwürfel in einem 6 bis 8 l fassenden Suppentopf oder Kessel bei mäßiger Hitze und häufigem Umrühren auslassen. Wenn die Würfel knusprig und braun sind, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Zwiebeln und den Porree (oder falls Porree nicht erhältlich ist, eine weitere halbe Tasse Zwiebeln) in das in der Kasserolle verbliebene Fett geben und unter dauerndem Umrühren etwa 7 bis 8 Minuten kochen, bzw. bis das Gemüse weich und leicht gebräunt ist. Die grob gehackten Tomaten, das Gemüse aus der Pfanne, die Hühnerbouillon, das Lorbeerblatt und die Petersiliensträußchen, Salz und eine Prise Pfeffer hineinröhren. Die Suppe bei großer Hitze zum Kochen bringen und bei reduzierter Temperatur und nicht ganz zudeckt 25 Minuten leise garen lassen. Das Lorbeerblatt und die Petersilie entfernen, den Reis, die weißen - Bohnen und die Schinkenspeckwürfel hinzufügen und 15 bis 20 Minuten weiterkochen lassen, bzw. bis der Reis gar ist. Die Suppe, falls nötig, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit der Garnierung bestreut anrichten. Dazu eine Schale geriebenen Parmesan reichen.