

Klassische Minestrone

Für vier Portionen

Für die Suppe:

3 Tomaten	2 Karotten	2 Stangen Staudensellerie
6 kleine Kartoffeln (festk.)	$\frac{1}{2}$ Stange Lauch	150 g breite Bohnen
$\frac{1}{4}$ Wirsing	150 g Tiefkühl-Erbesen	1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen	5-6 EL Olivenöl	1 EL Tomatenmark
1 TL Paprikapulver	1 L Gemüsebrühe	2-3 Basilikumzweige
1/4 Bund Petersilie	3 Thymianzweige	150 g Suppennudeln
Salz, Pfeffer		

Für das Anrichten:

Basilikum	50 g Parmesan
-----------	---------------

Tomaten waschen und die Haut mit einem kleinen Küchenmesser kreuzweise einritzen. Tomaten für circa 20 bis 30 Sekunden in kochendes Wasser geben, anschließend in Eiswasser abschrecken und dann die Schale abziehen. Geschälte Tomaten vierteln, Kerngehäuse entfernen und beiseite stellen. Karotten, Kartoffeln und Staudensellerie schälen, Lauch waschen und Bohnen putzen. Wirsing vom Strunk befreien, Gemüse waschen und Karotten in dünne Streifen hobeln. Das restliche Gemüse grob scheiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch in zwei Esslöffel heißem Olivenöl in einem breiten Topf anschwitzen. Tomatenmark und Paprikapulver mit anschwitzen. Karotten, Kartoffeln und Bohnen zufügen. Brühe angießen und Kräuter dazugeben. Alles zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen. Nach dieser Zeit das restliche Gemüse dazugeben. Die Nudeln in die Brühe geben und bei geschlossenem Deckel weitere acht bis zehn Minuten garen, bis die Nudeln bissfest gekocht sind. Tomatenviertel in den Topf geben. Abschließend die Suppe mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und abschmecken. Die Kräuter entfernen. Die Minestrone in tiefe Teller verteilen, mit dem restlichen Olivenöl beträufeln und mit etwas frisch gezupftem Basilikum und frisch geriebenen Parmesan bestreut servieren.

Johann Lafer am 20. September 2014