

Minestrone

Zutaten	1 kleine Zucchini
für 4 Personen:	1 rote Paprika
	2 Tomaten
	2 große Möhren
	1 Stangen-/Staudensellerie
	2 mittlere Kartoffeln
	1 Stange Lauch
	3 EL Öl
	1 Zwiebel
	1 Knoblauchzehe
	1 EL Tomatenmark
	1 l Gemüsebrühe
	80 g tiefgekühlte Erbsen
	oder 1 kleine Dose weiße Bohnen
	Salz, Pfeffer, Paprika
	80 g Muschelnudeln

Zubereitung: Gemüse waschen, putzen und in Würfel, Scheiben oder Ringe schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Kleingeschnittenes Gemüse zufügen und kurz mit anschmoren. Mit Brühe auffüllen, Tomatenmark zufügen und ca. 15 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen. Nudeln zugeben und weitere 6 – 8 Minuten kochen. Mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen. Je nach Geschmack noch etwas mehr Tomatenmark zufügen.

Variante: 200 g Frühstücksspeck in kleine Würfel schneiden, in einem Suppentopf bei mittlerer Hitze auslassen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten und die weiteren Zutaten zugeben.

Guten Appetit wünschen die LandFrauen.
Weitere Rezepte finden Sie [hier](#).