



Molchos Minestrone

Dieses Minestrone-Rezept stammt von Sammys Mutter Viktoria. Jeden Freitag bereitete sie für Shabbat ein Bohnengericht zu. Aus den übrig gebliebenen Bohnen zauberte sie diese köstliche Minestrone.

Zutaten für 4 Personen

- 1 rote Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 Stange Lauch, in Ringe geschnitten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL süßes Paprikapulver
- 1 rote Paprika, in Würfel geschnitten
- 2 Karotten, in Würfel geschnitten
- 1/4 Weißkohl, in Würfel geschnitten
- 1 rote Chili, fein geschnitten
- 2 Stangen Sellerie, in Würfel geschnitten
- 1 kleine Kohlrabi, in Würfel geschnitten
- 1 EL Tomatenmark
- 4 reife Tomaten, in Würfel geschnitten
- 400 g Tomaten aus der Dose
- 3 l Wasser
- 1,5 EL Salz
- 1/2 EL Pfeffer, geschrotet
- 3 Kartoffeln, geschält, in Würfel geschnitten
- 1 Zucchini, in Würfel geschnitten
- 150 g Bohnen aus der Dose, gekocht, abgetropft

Anrichten:
Parmesan, gerieben
Petersilie, fein gehackt

ZUBEREITUNG

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel, Lauch und Knoblauch darin anschwitzen. Paprikapulver einstreuen, Paprika, Karotten, Kohl, Chili, Sellerie und Kohlrabi hinzufügen. Tomatenmark einrühren und gut vermengen.

Alle Tomaten, Wasser, Salz und Pfeffer hinzufügen. Einmal aufkochen und dann 30 Minuten köcheln lassen.

Kartoffeln und Zucchini hinzufügen und 15 Minuten köcheln lassen. Gekochte Bohnen dazugeben und nochmals 10 Minuten köcheln lassen.

Mit Parmesan und Petersilie garnieren und servieren.