

Minestrone mit Speck

Zutaten (für 4-6 Personen):

- ½ Wirsingkohl
- 150 g gewürfelter Speck
- 4 Möhren
- 2 Zwiebeln
- 4 Stangen Staudensellerie
- 4 Kartoffeln
- 1 Stange Lauch
- 4 Tomaten
- 1 Glas gekochte Weiße Bohnen
- 1 Bund Fenchelkraut
- 1 junge Knolle Knoblauch
- 150 g (am Stück) Parmesan
- Zucker
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Das Gemüse säubern. Wirsingkohlblätter, Möhren, Staudensellerie, Lauch und Kartoffeln in Scheiben schneiden, die Zwiebeln schälen und in Lamellen teilen. Das Fenchelkraut hacken. Etwas Olivenöl in einem großen Schmortopf erhitzen und die Speckwürfel sowie Zwiebeln darin anbraten. Zuerst den Kohl hinzufügen und etwas schmoren lassen. Anschließend Staudensellerie und Möhren dazugeben und ebenfalls leicht anrösten. Dabei alles leicht salzen, zuckern und pfeffern. Lauch, Bohnen und Tomaten dazugeben und alles mit Wasser auffüllen, bis das Gemüse knapp bedeckt ist.

Die Suppe aufkochen. Den Knoblauch halbieren und mit dem Fenchelkraut in den Topf geben. Die Suppe etwa ½ Stunde bei milder Hitze köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In tiefe Teller füllen und mit frisch gehobelten Parmesanspänen servieren. Je nach Saison kann man die Suppe nach Belieben mit anderem Gemüse ergänzen.

Sendung/Quelle: Sass: So isst der Norden

Letzter Sendetermin: 11.08.2019

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen