



WINTER-MINESTRONE

Exklusives Rezept mit Sirocco Gemüsebouillon
Rezept für 4 Portionen

ZUTATEN:

80 g	getrocknete weisse Bohnen
150 g	Lauch
1	Knoblauchzehen
150 g	Rüebli
150 g	Knollensellerie
150 g	Wirz
2 EL	Olivenöl
2 EL	Tomatenpüree
1.5 l	Gemüsebouillon (1 EL Bouillon)
1	Lorbeerblatt
80 g	Spaghetti
150 g	Spinat
	Salz, Pfeffer
40 g	Kräuter (z.B. Petersilie, Thymian, Rosmarin)
1	Bio-Zitrone
0.5 dl	Olivenöl
0.5 TL	Fleur de Sel

ZUBEREITUNG:

Die Bohnen in eine Schüssel geben, mit Wasser bedecken und mind. 8 Stunden (über Nacht) einweichen.

Lauch in dünne Ringe schneiden, Knoblauch pressen.
Rüebli längs halbieren und schräg in Scheiben,
Knollensellerie in Würfeli und Wirz in Streifen

schneiden. Öl in einer grossen Pfanne erhitzen. Gemüse begeben, ca. 5 Min. andämpfen. Bohnen abtropfen lassen, mit Tomatenpüree begeben, kurz mitdämpfen. Bouillon dazugiessen, Lorbeerblatt begeben. Bouillon aufkochen, Hitze reduzieren. Minestrone zugedeckt ca. 1 Std. köcheln. Lorbeerblatt entfernen, Spaghetti in Stücke brechen, mit dem Spinat begeben, ca. 10 Min. mitköcheln, Minestrone nach Wunsch würzen.

Kräuter grob hacken, von der Zitrone die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Kräuter, Zitronenschale und -saft, Olivenöl und Fleur de Sel pürieren. Minestrone anrichten, mit Kräuter-Zitronenöl garnieren.

Exklusiver Sirocco-Tipp: Minestrone mit 50 g Parmesan, mit dem Sparschäler in Späne gehobelt, anrichten. Oder statt den getrockneten Bohnen eine Dose Bohnen (ca. 400 g), abgespült und abgetropft, verwenden. Diese zusammen mit der Pasta und dem Spinat zur Minestrone geben.

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Min. / Einweichen: 8 Std.

Viel Spass beim Geniessen!

