

Toskanische Bauernsuppe

Für 4 Personen:

1 große Zwiebel	1 Stange Lauch	2 Knoblauchzehen
4 Stangen Sellerie	2 Karotten	330 g weiße Bohnen, Glas
640 ml Gemüsefond	200 g stückige Tomaten, Dose	3-4 Blätter Grünkohl
1 TL Thymian	grobes Meersalz	Pfeffer
2 EL feines Olivenöl	150 g Parmesan	1 Baguette

Zwiebel und Knoblauch fein würfeln. Lauch putzen und in dünne Ringe schneiden. Karotten und Sellerie ebenfalls klein schneiden.

Den Grünkohl gründlich putzen, dann die Blätter vom Stil schneiden.

Öl im Topf erhitzen, dann Lauch und Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze andünsten. Karotte, Sellerie und Knoblauch zugeben und alles im Topf etwa 5 Min anbraten. Gelegentlich umrühren.

Tomate, Gemüsefond und Thymian in den Topf geben. Kurz aufkochen und dann mit Topfdeckel auf kleiner Hitze 15 Min einköcheln.

Dann die Bohnen dazu und die Hälfte vom geriebenen Parmesankäse. Alles gut verrühren und 2 Min einköcheln.

Etwa ein Drittel der Suppe aus dem Topf nehmen und mit dem Stabmixer fein pürieren. Die pürierte Suppe dann wieder zurück in den Topf geben.

Zuletzt den Grünkohl zur Suppe geben und etwa 5 Min. einköcheln. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken. Auf Tellern servieren und den übrigen Parmesankäse darauf verteilen.

Das Baguette in Scheiben kann in der Suppe aufgeweicht, oder einfach als Beilage dazu gereicht werden.

NN am 28. Juli 2025