Original Ribollita - Toskanische Bohnensuppe

Ein klassisches Herbst- und Wintergericht, das mit viel frischem Gemüse und Kräutern zubereitet wird. In unsere vegane Ribollita aus der Toskana kommt neben Möhren, Sellerie, Zwiebeln und Kartoffeln auch etwas Chili mit hinein, wodurch die Bohnensuppe eine dezente Schärfe erhält. Eine selbstgemachte Gremolata (Kräuterpesto) rundet diese klassische Ribollita ab.

Zutaten für 2 Portionen:

1 EL BioGourmet natives Olivenöl
1 große Zwiebel, gewürfelt
1 Stange Sellerie, gewürfelt
2 mittelgroße Möhren, gewürfelt
1 TL BioGourmet Knoblauchcreme
1/2 Teelöffel rote Chiliflocken
¾ Liter Gemüsebrühe, zubereitet aus 3 TL BioGourmet Gemüsebrühepulver
Bouquet garni: 2 Lorbeerblätter, 1 Zweig Salbei, 1 Zweig Rosmarin, fest mit Küchengarn zusammengebunden
1 mittelgroße Kartoffel, gewürfelt
1 Dose Cannellini Bohnen
125 g Grünkohl, gehackt
Salz und Pfeffer

Gremolata:
1/2 Bund glatte Petersilie
1 Handvoll Basilikumblätter
2 TL BioGourmet Knoblauchcreme
Den Abrieb einer Bio-Zitrone
Grobes oder flockiges Meersalz
BioGourmet Natives Olivenöl extra

Zubereitung

Das Öl in einem Suppentopf erhitzen. Die Zwiebel, den Sellerie und die Karotten in den Topf geben und für wenige Minuten anbraten. Knoblauchcreme und Paprikaflocken hinzufügen und weitere 1-2 Minuten dünsten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, das Bouquet garni und die Kartoffel hinzufügen. Die Suppe 15 Minuten (oder bis die Kartoffelstücke weich sind) zugedeckt köcheln lassen.

Inzwischen die Gremolata zubereiten. Petersilie und Basilikum fein hacken und in einer kleinen Schüssel mit Knoblauchcreme und Zitronenabrieb mischen. Etwas grobes Salz darüber streuen. Die Hälfte der Suppe in einen Mixer geben und pürieren, dann zurück in den Topf geben. Nun die Cannellini Bohnen abgießen und zusammen mit dem Grünkohl dazu geben. Weitere 3-5 Minuten köcheln lassen, das Bouquet garni entfernen und die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Die Original Ribollita mit Gremolata und einem Spritzer Olivenöl servieren. Zur veganen toskanischen Gemüsesuppe mit Grünkohl passt frisches Baguette.

Tipp: Viele BioGourmet-Produkte können Sie im Foodhall-Online-Shop bestellen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Nachkochen!
Weitere Rezeptideen finden Sie auf www.bio-gourmet.com/rezepte