



Minestrone mit Kräuterpesto

Zutaten (für 10 Personen)

- 8 Karotten
- 5 Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- In der Saison; 20 Stangen Spargel (weiß oder grün), ersatzweise mehr vom übrigen Gemüse
- Ca. 250 g Weißkohl oder Spitzkohl
- 1300 g weiteres Gemüse, 2-3 Sorten, z.B.
 - o Pilze, Kohlrabi, Mairübe, Brokkoli,
 - o Fenchel, Sellerie, Zucchini, Bohnen
- 750 g festkochende Kartoffeln
- 250 g kleine Pasta
- 1250 g frische Tomaten
- 1800 ml Gemüsebrühe
- Olivenöl

Variation

- Knoblauch ins Pesto geben
- Weiße Bohnen (gekocht oder aus der Dose) dazugeben



Zubereitung

Minestrone

1. Alles Gemüse in gleichmäßige Stücke schneiden. Die Größe ist nicht entscheidend, eher die Gleichmäßigkeit. Die Kartoffeln schälen und ebenfalls in gleich große, ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die Zwiebeln und den Knoblauch fein würfeln.
2. Die Spargelschalen, die Schalen von der Karotte und ggf. weitere Gemüseabschnitte (wie das Innere vom Fenchel, Sellerieschalen, Petersilienwurzelschalen) in einen Topf geben, mit 1,5 l Wasser aufgießen und einmal aufkochen, 15 Minuten ziehen lassen.
3. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Den Kohl zugeben und scharf anbraten, dann die Kartoffeln und die Karotten kurz mit anschwitzen. In der Mitte etwas Platz machen und Zwiebeln und Knoblauch glasig braten. Mit 1,8 l von der Gemüsebrühe aufgießen.
4. Die Tomaten zugeben. Nun nach und nach die Zutaten zugeben, je nachdem wie lange sie brauchen, verlasst euch da auf euer Gefühl!
5. Den geriebenen Parmesan dazugeben, die frischen, gehackten Kräuter zugeben und alles mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und einem Spritzer Balsamico-essig (oder Zitronensaft) abschmecken.

Pesto (selbstgemacht)

1. Zunächst geröstete Sonnenblumenkerne mit gehackten Knoblauchzehen im Mörser zerstoßen, bis eine feine Creme entsteht.
2. Das fein geschnittene Basilikum zugeben, zerstoßen bis feine Creme entsteht, zuletzt mit Parmesan und Öl verrühren, abschmecken.

