



## Toskanische Grünkohl-Brot-Suppe

mit Cannellinibohnen und Karotte



3-4 Personen

„Ribollita“ ist eine toskanische Brotsuppe, die traditionell aus „Resten von gestern“ zubereitet wird. Bei uns kommen heute nebst luftigem Ciabatta deftiger Grünkohl, feine Shiitakepilze, leckere Böhnchen, aromatischer Sellerie und knackige Karotte in den Topf, verfeinert wird das Gericht mit veganen Hefeflocken. Ach ja: Und natürlich ist hier nichts von adeliger Herkunft, sondern alles schön frisch - und wie es duftet! Mmmh!

## Was du von uns bekommst

- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 2 Stangensellerie 9
- 2 Bund Grünkohl
- 3 Päckchen getrocknete Shiitake
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Ciabattabrötchen 1,6,7
- 2 Päckchen Hefeflocken
- 2 Dosen gehackte Tomaten
- 2 Dosen Cannellinibohnen

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- Wasserkocher
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7), Sellerie (9). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 639kcal, Fett 31.4g, Kohlenhydrate 60.1g, Eiweiß 22.0g



1. Zutaten vorbereiten



2. Gemüse garen



3. Brötchen rösten



4. Tomaten mitkochen



5. Suppe kochen



6. Grünkohlblätter zugeben

Die **gehackten Tomaten** in den Topf geben und unter gelegentlichem Rühren 6-8Min. mitkochen. Größere **Grünkohlblätter** in ca. 3cm breite Streifen zupfen.

Die **Bohnen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und mit **2EL Hefeflocken**, den **Shiitake samt Wasser** sowie **2EL Essig** in den Topf rühren. Die **Suppe** mit Salz und Pfeffer abschmecken, aufkochen, dann die Hitze reduzieren und sanft köcheln lassen.

Die **Grünkohlblätter** portionsweise in die **Suppe** geben und zusammenfallen lassen. Die **übrigen Brötchenstücke** in die **Suppe** geben und ca. 2Min. einweichen lassen. Die **Suppe** auf tiefe Teller oder Schalen verteilen und die **gerösteten Brötchen** darauf verteilen. Mit je **1TL Olivenöl** beträufeln und servieren.