



<650kcal: Tomatensuppe mit Speck & Tortelli

garniert mit Käse und frischem Basilikum



ca. 30min



3-4 Personen

Wir lieben es lecker und einfach. Unser heutiges Modell orientiert sich streng am klassischen italienischen Design und punktet in allen Kategorien: Gezaubert wird ein tomatig-lauchiges Süppchen mit deftigem Speck und Raspelzucchini. Ein beneidenswerter Badespaß für die äußerlich und innerlich äußert attraktiven Tortelli mit Ricotta-Spinat-Füllung! Und mit Käse und Basilikum gibt's noch mehr Italien pur für Auge und Mund.

- 2 Packungen Speckwürfel
- 2 Zucchini
- 2 Stangen Lauch
- 2 Dosen Bio-Tomatenmark
- 2 Stücke italienischer Hartkäse ⁷
- 500g Ricotta-Spinat-Tortelli ^{1,3,7}
- 10g Basilikum

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

- großer Topf
- Messbecher
- Küchenreibe

Kochtipp

Allergene

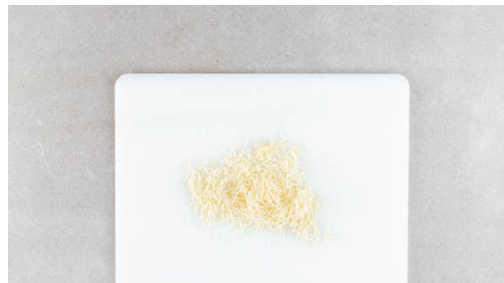
Nährwertangaben pro Portion

Energie 643kcal, Fett 30.6g,
Kohlenhydrate 62.6g, Eiweiß 28.6g



1. Speck braten

Den **Speck** in einem großen Topf mit 2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze ca. 3Min. braten, bis er leicht gebräunt ist.



4. Käse reiben

Den **Käse** grob reiben oder nach Belieben mit einem Sparschäler in dünne Scheiben hobeln.



2. Gemüse mitbraten

Die **Zucchini** grob reiben. Den **Lauch** in dünne Ringe schneiden. Die **Zucchini** und den **Lauch** zum **Speck** in den Topf geben und 3-4Min. mitbraten.



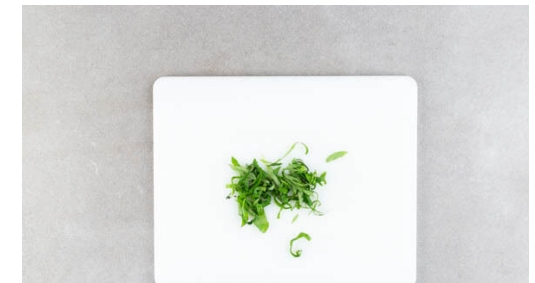
5. Pasta zugeben

Die **Pasta** in die **Suppe** geben und 4-5Min. mitköcheln lassen.



3. Suppe kochen

Das **Tomatenmark** unterrühren und ca. 2Min. mitbraten. 1,2L Wasser angießen, die **Suppe** mit ½-1TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer würzen und 5-6Min. köcheln lassen.



6. Basilikum schneiden

Die **Basilikumblätter** abzupfen und in Streifen schneiden, die **Stängel** fein schneiden und in die **Suppe** geben. Die **Suppe** mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit dem **Käse** und dem **Basilikum** garniert servieren.