



Wärmende Weißkohl-Bohnen-Suppe

mit würzigen Speckknoten



ca. 30min



2 Portionen

Unsere Weißkohl-Bohnen-Suppe ist echtes Seelenfutter: Zart geschmorter Weißkohl, sämige weiße Bohnen und aromatische Brühe verbinden sich zu einem herzhaften Genuss. Knusprige Speckknoten, mit geräuchertem Paprikapulver gewürzt, setzen kräftige Akzente und machen dieses Rezept zu einem rustikalen Wohlfühlgericht – perfekt für kalte Tage und hungrige Runden. Dann mal ran an die Löffel!

Was du von uns bekommst

- 1 Pck. Pizzateig ¹
- 1 Pck. Baconscheiben
- 1 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 1 Zwiebel
- 1 Weißkohl
- 1 Dose weiße Bio-Bohnen
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz

Was du zu Hause benötigst

- ½EL Butter ²
- Olivenöl
- Salz

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf mit Deckel
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 968kcal, Fett 42.3g, Kohlenhydrate 107.3g, Eiweiß 31.0g



1. Teig schneiden

Den Backofen auf 210°C (190°C Umluft) vorheizen. Den **Teig** mit dem Papier nach unten auf einem Schneidebrett ausrollen, dann längs in 10 Streifen schneiden.



2. Speckknoten wickeln

Jeweils eine **Baconscheibe** auf einen **Teigstreifen** geben und bis zum **Bacon** bündig aufrollen. Dann das restliche Stück der **Teigstreifen** um die **Rollen** zu **Knoten** wickeln.



3. Speckknoten backen

Ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech mit ½EL Olivenöl leicht einfetten und die **Speckknoten** auf das Backpapier legen. Mit ½EL Olivenöl bestreichen und mit ca. **¼ des Paprikapulvers** bestreuen. Dann die **Speckknoten** in 18-20Min. im Ofen goldbraun backen.



4. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **½ des Weißkohls** in 2-3cm große Stücke schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Bohnen** in einem Sieb abtropfen lassen, dabei die **Flüssigkeit** auffangen. Das **Brühwürz** in 500ml heißem Wasser auflösen.



5. Suppe zubereiten

In einem großen Topf ½EL Butter bei mittlerer Hitze schmelzen. Die **Zwiebeln** mit ½EL Olivenöl zugeben und in ca. 1Min. glasig dünsten. Dann den **Weißkohl** ca. 3Min. mitbraten. Mit 1 kräftigen Prise Salz würzen, die **Brühe** angießen und abgedeckt aufkochen lassen. Die **Bohnen** und **3EL Bohnenflüssigkeit** hinzugeben und abgedeckt ca. 5Min. kochen, bis der **Weißkohl** weich ist.



6. Fertigstellen & servieren

Die **Speckknoten** aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Die **Suppe** mit Salz abschmecken und auf Schüsseln oder tiefe Teller verteilen. Mit ca. **¼ des Paprikapulvers** bestreuen und mit den **Speckknoten** servieren.