



Wärmende Weißkohl-Bohnen-Suppe

mit würzigen Speckknoten



30-40min



4 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

- 2 Pck. Pizzateig ¹
- 2 Pck. Baconscheiben
- 1 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 2 Zwiebeln
- 1 Weißkohl
- 2 Dosen weiße Bio-Bohnen
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz

Was du zu Hause benötigst

- 1EL 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 882kcal, Fett 23.0g, Kohlenhydrate 122.2g, Eiweiß 34.1g



1. Teige schneiden

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



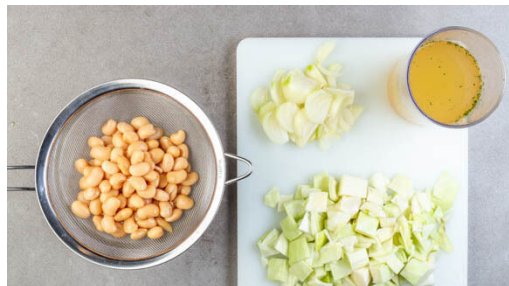
2. Speckknoten wickeln

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 geben. Mit 1EL Olivenöl bestreichen und mit der ½ des **Paprikapulvers** bestreuen. Dann die **Speckknoten** in 18-20Min. im Ofen goldbraun backen. **Tipp:** Ein zweites Backblech verwenden, wenn nicht alle **Speckknoten** auf das Backblech passen.



4. Zutaten vorbereiten

Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Weißkohl** in 2-3cm große Stücke schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Bohnen** in einem Sieb abtropfen lassen, dabei die **Flüssigkeit** abfangen. Das **Brühwürz** in 1L heißem Wasser auflösen.



5. Suppe zubereiten

In einem großen Topf 1EL Butter bei mittlerer Hitze schmelzen. Die **Zwiebeln** mit 1EL Olivenöl zugeben und in ca. 1Min. glasig dünsten. Dann den **Weißkohl** ca. 3Min. mitbraten. Mit ½TL Salz würzen, die **Brühe** angießen und abgedeckt aufkochen lassen. Die **Bohnen** und **6EL 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 dem **restlichen Paprikapulver** bestreuen und mit den **Speckknoten** servieren.