

Kochen**Mira Maurer****Mittwoch, 11.09.2024****Minestrone mit Knoblauch-Butter-Baguette****Für 4 Personen****Zutaten****Für die Minestrone**

1 Dose Cannellini-Bohnen, (weiß, Abtropfgewicht, 240 g)
1 Stange Lauch (ca. 180 g)
1 Fenchelknolle (ca. 200 g)
4 Stangen Mangold
2 Zucchini, klein ca. 300 g
1 Brokkoli (ca. 350 g)
5 EL Olivenöl
1,2 l Gemüsebrühe, heiß
250 g Erbsen, TK
etwas Salz
etwas Cayennepfeffer
0,5 Bund Petersilie
3 Stiele Pfefferminze
1 Biozitrone, Saft und etwas abgeriebene Schale davon

Für das Baguette

4 Knoblauchzehen
1 EL Olivenöl
etwas Salz
50 g Butter, weich
4 Stiele Petersilie
1 Baguette zum Aufbacken (250 g)
40 g Gouda, frisch gerieben

Zubereitung

- Für die Minestrone** die Bohnen in einem Sieb kalt abbrausen und abtropfen lassen. Lauch putzen, in 0,5 cm dicke Ringe schneiden und abbrausen.
- Fenchel abbrausen und trocknen. Zartes Grün in kaltes Wasser legen. Fenchel halbieren, Strunk keilförmig ausschneiden und die Fenchelhälften quer in feine Streifen schneiden.
- Mangold putzen, abbrausen, trockenschütteln und die Stiele keilförmig aus den Blättern schneiden. Blätter beiseitelegen. Stiele quer in 0,5 cm dicke Streifen schneiden.
- Zucchini putzen, abbrausen, trocknen, der Länge nach halbieren und quer in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.
- Brokkoli abbrausen, trocknen und die Röschen 3 cm abschneiden, große Röschen halbieren. Brokkolistiel putzen, schälen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.
- In einem großen Topf 2 EL Olivenöl erhitzen. Lauch, Fenchel, Mangold- und Brokkolistiele darin bei mittlerer Hitze etwa 4 Minuten unter Rühren andünsten.
- Brühe zugeben und zugedeckt aufkochen und 10 Minuten bei milder Hitze garen.
- Für das Baguette** Knoblauch abziehen und sehr fein hacken oder pressen. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
- Butter, Petersilie und Knoblauch mit einer Gabel sorgfältig mischen.
- Baguette mehrfach über Kreuz einschneiden. Einschnitte etwas aufdrücken und mit Knoblauchbutter bestreichen.
- Baguette auf das vorbereitete Blech legen, mit Käse bestreuen und das Baguette nach Packungsangabe, bei ca. 180 Grad Ober- und Unterhitze auf der mittleren Schiene ca. 6-8 Minuten im Ofen backen.
- Inzwischen für die Minestrone die Mangoldblätter längs halbieren und quer in fingerbreite Streifen schneiden.

13. Suppe aufkochen, Zucchini und Mangoldblätter zugeben, zugedeckt aufkochen und weitere 5 Minuten kochen. Brokkoliröschen, Erbsen und abgetropfte Bohnen zugeben, erneut zugedeckt aufkochen und weitere ca. 3-5 Minuten kochen. Minestrone mit je etwas Cayennepfeffer und Salz würzen.

14. Petersilie und Pfefferminze abbrausen. Petersilie, Minze und Fenchelgrün trockenschütteln, alles fein schneiden. Kräuter mit dem übrigen Olivenöl, Zitronensaft und -schale sowie Salz und Pfeffer verrühren.

15. Baguette aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Minestrone erneut abschmecken. Mit dem Baguette sowie Kräuteröl anrichten und servieren.