

Ligurische Gemüsesuppe mit getrockneten Tomaten und Basilikum



10 Portionen

Menge/Einheit	Zutaten
2 l	Wasser
32 g	MAGGI BIO-KLARE GEMÜSEBRÜHE
20 g	MAGGI TOMATEN-SAUCE ITALIENISCHE ART
500 g	Gemüsebrunoise, TK, fein, blanchiert
100 g	Tomate, getrocknet
25 g	Basilikum, frisch, gehackt

Zubereitung

Wasser aufkochen, MAGGI BIO-KLARE GEMÜSEBRÜHE und MAGGI TOMATEN-SAUCE ITALIENISCHE ART hineinrühren. Gemüsebrunoise hinzufügen und 10 Minuten bei gelegentlichem Umrühren kochen lassen. Getrocknete Tomatenwürfel und Basilikum, frisch gehackt hineingeben.

Küchenfachlicher Tipp

Mit veganem Frischkäse servieren.

Nährwerte pro Portion

Energie	137,83 kJ
Energie	32,91 kcal
Fett	0,37 g
– davon gesättigte Fettsäuren	0,09 g
Kohlenhydrate	5,23 g
– davon Zucker	1,82 g
Ballaststoffe	2,04 g
Eiweiß	1,81 g
Salz	2,33 g

Im Rezept enthaltene Allergene

Glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse

Sellerie und Sellerieerzeugnisse