



## Bulgarische Bohnensuppe

mit Oliven und Crostinis



30-40min



2 Personen

Die Balkanküche hat einiges zu bieten! Neben vielen fleischlastigen Gerichten glänzt sie aber auch im vegetarischen Bereich: Bob-Tschorba ist eine typisch bulgarische Suppe, die als Vorspeise und als Hauptgang in ganz Bulgarien verspeist wird! Viel Gemüse, sättigende Bohnen und ein Hauch von Paprika sind feste Bestandteile der Suppe. Wir fügen würzige Oliven hinzu und servieren sie mit knusprig...



## Was du von uns bekommst

- gelbe Zwiebel
- schwarze Oliven
- geräuchertes Paprikapulver
- Karotte
- Dinkelkornweckerl <sup>1,7,11</sup>
- Ajvar
- Cannellini Bohnen
- Erdäpfel
- frische Petersilie
- Stangensellerie <sup>9</sup>
- Lauch
- Knoblauchzehe

## Was du zu Hause benötigst

- Butter <sup>7</sup>
- Essig
- Gemüsesuppenwürfel
- Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker

## Küchenutensilien

- Backblech
- Backrohr mit Umluftfunktion
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb
- Sparschäler
- Stabmixer
- Wasserkocher

Vergiss nicht, dein Gemüse nochmal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

### Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

### Inhaltsangaben pro Portion

Kalorien 660.0kcal, Fett 20.0g, Eiweiß 25.7g, Kohlenhydrate 85.6g



### 1. Zutaten vorbereiten

Backrohr auf 200°C Umluft vorheizen. **Zwiebel** und **Knoblauch** schälen und fein würfeln. 700ml Wasser in einem Wasserkocher aufkochen und einen Gemüsesuppenwürfel darin auflösen. **Bohnen** in einem Sieb abgießen.



### 4. Suppe kochen

Nun das geschnittene **Gemüse** in den Topf geben, 1Min. rösten, dann mit Gemüsesuppe ablöschen und die **Bohnen** in den Topf geben. Zugedeckt bei niedriger Hitze ca. 20Min. köcheln lassen. Anschließend die **Suppe** mit einem Stabmixer leicht pürieren. Es sollten noch ganze Stücke in der **Suppe** bleiben. Mit Salz und Pfeffer und 1EL Essig abschmecken.



### 2. Gemüse schneiden

**Stangensellerie** in 1cm breite Streifen schneiden. Die Enden vom **Lauch** abschneiden, **Lauch** halbieren, gut mit kaltem Wasser abspülen und in 0,5cm breite Streifen schneiden. **Karotten** schälen, längs halbieren und ebenfalls in 0,5cm breite, diagonale Streifen schneiden. **Erdäpfel** schälen und in 2cm große Würfel schneiden.



### 5. Crostinis backen

**Weckerl** in ca. 1,5cm breite Scheiben schneiden, mit etwas Butter bestreichen und salzen. Für ca. 3-4Min. auf einem mit Backpapier belegtem Backblech im Backrohr knusprig aufbacken.



### 3. Suppe ansetzen

1EL Öl in einem mittelgroßen Topf mittelhoch erhitzen. **Zwiebel** darin ca. 3-4Min. andünsten. Nach 2Min. **Knoblauch** hinzufügen und mitrösten. Dann **Ajvar**, **Hälfte** vom **Paprikapulver** sowie 1/2TL Zucker hinzugeben und alles ca. 30Sek. rösten.



### 6. Petersilie hacken

**Petersilienblätter** und **Oliven** grob hacken. Die **Suppe** auf Teller verteilen, **Oliven** und **Petersilie** als Topping obendrauf geben und die **Crostinis** dazureichen.