Lasagnesuppe

Zeit gesamt
40min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Suppengemüse	1 Bund
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Öl	2 EL
Hackfleisch, gemischt	600 g
Tomatenmark	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Oregano, getrocknet	1 TL
Rotwein, trocken	100 ml
Tomaten, gehackt	800 g
Gemüsebrühe	200 ml
Lasagneplatten	300 g
Parmesan, gerieben	60 g
Crème fraîche	80 g

Zubereitung

Küchenutensilien

großer Topf

1. Suppengemüse waschen, ggf. Enden entfernen, schälen und fein würfeln. Zwiebel und Knoblauch halbieren, schälen und fein würfeln. In einem Topf 1 EL Öl auf höchster Stufe erhitzen und Hackfleisch darin rundherum ca. 3 Min. scharf und krümelig anbraten. Anschließend auf einem Teller beiseitelegen.

2. 1 EL Öl zum Bratensatz in den Topf geben und darin Zwiebel, Knoblauch und Suppengemüse ca. 2–3 Min. anbraten. Fleisch wieder zufügen, ebenso Tomatenmark und ca. 1 Min. mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen, mit Wein ablöschen, Tomaten und Brühe zugeben und aufkochen. Lasagneplatten zerbrechen, in die Suppe rühren und ca. 25 Min. leicht köcheln lassen.

3. Lasagnesuppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe in tiefe Teller füllen und mit Parmesan und einem Klecks Crème fraîche servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Möchtest du die Suppe für den späteren Verzehr vorbereiten?
Dann koche die Nudeln/Lasagneplatten erst 25 Min. vor dem Servieren.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	884 kcal
Kohlenhydrate	81 g
Eiweiß	45 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	41 g