

Einfache Rindfleisch-Reisnudel-Suppe



Zubereitungszeit: 37 min.

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten (4/6 Personen)

• Zutaten

- Tomatenfruchtfleisch in Stücken 1000g 750 gr
- Gelbe Zwiebel zerkleinert 1
- Gemüse- oder Hühnerbrühe mit niedrigem Natriumgehalt 946 ml
- Handvoll zerkleinerte frische Petersilie zum Abschmecken
- Kreuzkümmel 1 TL
- Mageres Rinderhackfleisch (oder Truthahn) 340 g
- Natives Olivenöl Extra zum Abschmecken
- Paprikapulver 1 TL
- Salz und Pfeffer zum Abschmecken
- Trockene (ungekochte) Reisnudeln 100 g
- Zerkleinerte Karotten 2 bis 3
- Zerkleinerte Knoblauchzehen 3
- Zerkleinerter Stangensellerie 2

Für dieses Rezept haben wir verwendet:



Zubereitung

Wenn Sie auf der Suche nach einem einfachen, wohltuenden Rezept für ein Abendessen unter der Woche sind, dann ist diese Rindfleisch-Reisnudel-Suppe genau richtig für Sie!

1. In einem Kochtopf 2 EL Natives Olivenöl Extra erhitzen, bis es schimmert, aber nicht raucht. Zwiebeln, Knoblauch und Sellerie hinzufügen. Etwa 3 bis 4 Minuten kochen, dabei regelmäßig umrühren, bis sie weich sind.
2. Das Hackfleisch und den gehackten Knoblauch hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Paprika würzen. Bei mittlerer Hitze unter regelmäßigem Wenden braten, bis das Fleisch gar ist. (Überschüssiges Fett abgießen und den Topf wieder auf den Herd stellen).
3. Das **Tomatenfruchtfleisch in Stücken von Pomì** und die Brühe hinzugeben. Das Ganze zum Kochen bringen, dann die Hitze herunterstellen und 10 Minuten lang köcheln.
4. Die Reisnudeln hinzugeben und die Hitze auf mittlerer bis hoher Stufe einstellen. Den Deckel (leicht geöffnet) auf den Topf geben. Die Reisnudeln bissfest kochen (etwa 8 bis 10 Minuten).
5. Die Suppe vom Herd nehmen und die frische Petersilie untermengen. Kosten und nach Belieben abschmecken.
6. In Suppenschalen umfüllen und genießen!

Rezept von Suzy Karadsheh von TheMediterraneanDish.com

- *The Mediterranean Dish*