



MEIN GENUSS



Vegane Lasagnen-Suppe



It's a match!

It's a match! Majoran verleiht italienischen Suppen und Eintöpfen eine fein-würzig Geschmacksnote!



Vorbereitung
15 min



Niveau
Mittel



Zubereitung
20 min

Zubereitung

- 1 Die Haut der Zwiebel und der Knoblauchzehe abziehen und beide fein hacken. Karotte und Sellerie waschen und schälen, anschließend in kleine Würfel schneiden. Für später zur Seite stellen.
- 2 **Olivenöl** in einem ausreichend großen Topf erhitzen und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel für ca. **2 Minuten** glasig dünsten. Nun das pflanzliche Hackfleisch hinzufügen und für etwa **5 Minuten** anbraten. Anschließend das Tomatenmark hinzugeben und nochmals kurz anbraten.
- 3 Den Topfinhalt mit dem Weißwein ablöschen und die Karotten- sowie Selleriewürfel unterrühren. Topfinhalt für weitere **5 Minuten** kochen lassen, bis der Weißwein verdampft ist. Anschließend die Gemüsebrühe und die passierten Tomaten hinzufügen und unterrühren.
- 4 Alle Kräuter mit in den Topf geben, verrühren und ohne Deckel für etwa **10 Minuten** köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.
- 5 Nun die Lasagne-Platten in kleine Stücke brechen, in den Topf geben und verrühren. Nochmals **10 Minuten** ohne Deckel köcheln lassen, bis die Platten weich sind.
- 6 Die fertige Lasagnen-Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zuletzt nach Geschmack etwas veganen Reibekäse darüber geben und für **wenige Minuten** den Topf mit dem Deckel verschließen, damit der Käse schmilzt. Heiß servieren und genießen. **Guten Appetit!**

Zutaten

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
2 EL Tomatenmark
500 g pflanzliches Hackfleisch
100 ml Weißwein
1 Karotte
1 Stange Sellerie
500 ml Gemüsebrühe
800 ml passierte Tomaten
1 TL Basilikum, gerebelt
1 TL Majoran
1 TL Oregano
10 Lasagne-Platten
Salz und Pfeffer
Veganer Reibekäse

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 30.07.2026.