

Einfache Rindfleisch-Reisnudel-Suppe



Vorbereitungszeit: 37 min
Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zutaten

- 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) Reismudeln: 100 g
- Zerkleinerte Karotten: 2 bis 3
- Zerkleinerte Knoblauchzehen: 3
- Zerkleinerter Stangensellerie: 2

Für dieses Rezept haben wir verwendet:

Tomaten in Stücken 750 gr



Vorbereitung

Wenn Sie auf der Suche nach einem einfachen, wohltuenden Rezept für ein Abendessen unter der Woche sind, dann ist diese Rindfleisch-Reismudel-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 Reismudeln hinzugeben und die Hitze auf mittlerer bis hoher Stufe einstellen. Den Deckel (leicht geöffnet) auf den Topf geben. Die Reismudeln 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 Suppenshalen umfüllen und genießen!

Rezept von Suzy Karadsheh von TheMediterraneanDish.com