



Ribollita – aromatisch-pikanter Gemüseeintopf

**Ribollita – ein traditioneller Gemüseeintopf aus der Toskana mit italienischem
Grünkohl**

🔪🔪🔪 Leicht 🍲 2 Portionen ⌚ 25 min.



Der Eintopf war ein typisches Gericht der Landbevölkerung. Wörtlich übersetzt bedeutet ribollita „aufgewärmt“ – und bezeichnet ursprünglich eine aufgewärmte Minestrone. In der Toskana wurde sie in einer mit Brot ausgelegten Schüssel im Ofen überbacken. Daraus entwickelten sich im Laufe der Zeit eigene Ribollita-Rezepte. Je nach Rezept verwendet man darin Brot vom Vortag, Cannellini-Bohnen, Grünkohl, Gemüse, Kartoffeln und Zwiebeln. Ein deftiger Wintereintopf, aber auch bei wärmeren Temperaturen kannst du deine Ribollita genießen!

Zutaten

1 vorwiegend
festkochende Kartoffel
200 g Cavolo nero
(Palmkohl)
¼ Stangensellerie
½ rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
200 g Cannellini-Bohnen
(vorgegart, aus dem Glas)
1 Karotte
1 TL Fenchelsamen
½ Dose ORO di Parma
ganze geschälte Tomaten
1 Chilischote
2-3 Lorbeerblätter
etwas Meersalz und frisch
gemahlenen Pfeffer
Olivenöl zum Anbraten

Schritt 1: Die Vorbereitung

Als erstes kümmerst du dich um die Cannellini-Bohnen. Das sind kleine, längliche weiße Bohnen. Sie kochen cremig, ohne zu zerfallen und eignen sich daher besonders gut für Eintöpfe. Gieße das Bohnenwasser ab, spüle die Bohnen mit kaltem Wasser ab und lass sie abtropfen. Währenddessen kannst du das Gemüse schneiden. Die Kartoffel, Zwiebel, Karotte und Knoblauchzehe schälen und den Sellerie waschen. Dann schneidest du alles in Würfel – die Knoblauchzehe hackst du am besten sehr fein oder drückst sie durch eine Presse. Anschließend kannst du auch die Chili klein schneiden.

Schritt 2: Das Gemüse

Gib etwas Olivenöl in eine große, tiefe Pfanne, erwärme es bei hoher Hitze und füge das zuvor klein geschnittene Gemüse und die Fenchelsamen hinzu. Wichtig: Gib nur so viel in die Pfanne, dass alle Gemüsestückchen den heißen Pfannenboden bedecken. Teile das Gemüse lieber in mehrere Portionen, wenn es zu viel für eine Pfanne ist. Sautiere es zusammen mit den Fenchelsamen indem du die Pfanne vorsichtig schwenkst. Anschließend gibst du eine halbe Dose ORO di Parma ganze geschälte Tomaten sowie zwei Tassen Wasser hinzu und lässt das Ganze bei mittlerer Temperatur für etwa 10 Minuten köcheln. Währenddessen kannst du den italienischen Grünkohl waschen und klein schneiden.

Schritt 3: Die Ribollita

Stelle nun einen großen Topf bei mittlerer Hitze auf den Herd und gib die Gemüsemischung hinein. Füge den kleingeschnittenen Grünkohl und die Cannellini-Bohnen sowie die Lorbeerblätter und die Chili hinzu und lass den Eintopf für weitere 10 Minuten köcheln. Schmecke den Eintopf zum Schluss mit etwas Olivenöl, Meersalz und frisch gemahlenem Pfeffer ab.

Schritt 4: Das Finale

Zum Servieren gibst du ein bis zwei Kellen der Ribollita in eine Suppenschale. Wenn du magst, kannst du sie vorher auf traditionelle toskanische Art mit Bauernbrot auslegen. Heiß servieren – im Zusammenspiel mit der Chili wärmt die Ribollita richtig schön durch. Buon Appetito!

Verwendete Produkte:

