



Vegane Pizza-Partysuppe

Zeit gesamt
45minZubereitungszeit
35minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Knoblauchzehen	2 St.
Paprika, rot	1 St.
Champignons, braun	150 g
Mais aus der Dose	100 g
Vemondo veganes Hack	275 g
Öl	2 EL
Tomaten, gehackt	800 g
Gemüsebrühe	600 ml
Haferdrink	200 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Oregano, getrocknet	1 EL
Basilikum, frisch	10 g
Vemondo Reibegenuss	8 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf mit Deckel, Sieb

1. Knoblauch schälen und fein hacken. Paprika waschen, entkernen und klein würfeln. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und in Scheiben schneiden. Mais in ein Sieb abgießen. Vemondo Hackfleisch in der Verpackung mit einer Gabel leicht auflockern.
2. In einem Topf Öl auf hoher Stufe erhitzen, Vemondo Hackfleisch ca. 10 Min. krümelig anbraten. Knoblauch, Paprika, Champignons und Mais zugeben, verrühren und ca. 3 Min. mit anschwitzen.
3. Gehackte Tomaten, Gemüsebrühe und Haferdrink zugeben, verrühren, Deckel schließen und aufkochen. Hitze auf kleine Stufe stellen und ca. 10 Min. köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano abschmecken.
4. Basilikum waschen, trocken schütteln und grob hacken. Suppe auf tiefe Teller verteilen und jeweils mit 2 EL Reibegenuss und Basilikum garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Zu der Suppe passt hervorragend ein frisch aufgebackenes Ciabatta!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	400 kcal
Kohlenhydrate	36 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	21 g