

Minestra da lait (Milchsuppe)

Zutaten

4 Portionen

1,5 l Wasser

200 g Reis

200 g feine Nudeln, zerkleinert

2–3 Kartoffeln, in kleine Würfel geschnitten

ca. 1 kg Brennnesselblätter oder Spinat

1 l Milch

Salz

ca. 50 g frische Butter

Sbrinz AOP, gerieben



Zubereitung

1. Wasser aufkochen und salzen.
2. Reis, Nudeln und kleine Kartoffelwürfel ins Salzwasser geben und 8 Minuten kochen.
3. Brennnesseln oder Spinat beifügen und weitere 5 Minuten kochen.
4. Milch dazugeben und bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss die Butter beifügen und abschmecken.
5. Nach Geschmack etwas Sbrinz dazu servieren.

Energie: 2495kJ / 596kcal, Fett: 23g, Kohlenhydrate: 72g, Eiweiss: 24g