



FrISChe Tomatensuppe

das pure Geschmackserlebnis

Die Tomaten an der Unterseite kreuzweise anritzen, in eine große Schüssel legen und mit kochendem oder heißem Wasser übergießen. Nach 10 Minuten vorsichtig die Haut und den grünen Knopf auf der Oberseite von der Tomate entfernen und die geschälten Tomaten klein schneiden.

Nun die Zwiebeln klein würfeln und den Knoblauch pressen. Beides in Olivenöl anbraten und nach ca. 3 Minuten die Tomatenstücke hinzugeben. Nach ein paar Minuten die Gemüsebrühe und die Gewürze (ohne die Petersilie) hinzugeben und auf niedriger Temperatur 20 Minuten kochen. Das Tomatenmark unterrühren und die Suppe mit einem Mixstab fein pürieren. Nach Belieben die Suppe mit den Gewürzen abschmecken und mit ein wenig frischer Petersilie servieren.

Arbeitszeit	ca. 20 Minuten
Ruhezeit	ca. 10 Minuten
Koch-/Backzeit	ca. 30 Minuten
Gesamtzeit	ca. 1 Stunde
Schwierigkeitsgrad	normal
Kcal p. P.	ca. 160



Zutaten für 4 Portionen:

1 kg	Tomate(n)
2	Zwiebel(n)
3	Knoblauchzehe(n)
	Olivenöl zum Braten
¾ Liter	Gemüsebrühe
	Salz und Pfeffer, weißer
	Kräutersalz
	Thymian, getrocknet
3 TL	Tomatenmark
	Petersilie

Rezept von: djbaraka