

PORTIONEN

2

ZEIT GESAMT

30 min

LEVEL

easy

Rezept

TOMATENSUPPE – EIN ITALIENISCHER KLASSIKER

Die Tomatensuppe ist für mich der Inbegriff von Italien.

Nein, es ist nicht die Pizza wie viele meinen.

Die Tomatensuppe ist es nicht nur weil mit einem Klecks frische Sahne und einem Basilikumblatt die Tricolore perfekt inszeniert wird, sondern weil der süßlich würzige Geruch einer guten Tomate immer eine kleine Gedankenreise nach Italien auslöst. Wie toll, wenn eine Tomate außer etwas Olivenöl nichts braucht, um einen mit Ihrem Aroma und Geschmack umzuhauen. Naja, und dann geht man einkaufen und selbst auf dem Markt bekommt man solche Tomaten nur sehr selten, die halten, was sie versprechen.

Das gute ist, wenn Du dann ein Rezept wie dieses zur Hand hast und Tomaten – auch solche, die nicht mehr ganz so frisch und knackig sind – sinnvoll weiter verarbeiten kannst. Eine gute Tomatensuppe ist ein toller Einstieg in ein Menü, ist aber auch als Hauptgericht durchaus anzubieten. Da ich auch immer ein Stück Brot zum Tunken dazu brauche, nehme ich für diesen Fall gerne frisch aufgetoastetes **Blehtost**. Das passt perfekt dazu.

Bella Italia schickt einen kulinarischen Gruß!

ZUTATEN

- 5 Tomaten
- 2 EL Olivenöl
- Gemüsebrühe oder Gemüsekonzentrat (Rezept hier auf der Seite zu finden)
- 2 EL Tomatenmark
- Gewürze wie z.B. Salz, Pfeffer und Oregano



Die Tomatensuppe ist ein Klassiker in der Suppen- und Eintopfküche, die auf keinem Speiseplan fehlen sollte. Buon Appetito!



SCHRITT FÜR SCHRITT ANLEITUNG

SCHRITT 1

Tauche die Tomaten 1-2 min in sehr heißes Wasser, dann lässt sich die Haut leicht abschälen.

SCHRITT 2

Schneide die Tomaten in Scheiben und entferne den Strunk.

SCHRITT 3

Brate die Tomaten mit Olivenöl an und gebe sie danach in einen Topf mit Gemüsebrühe (entweder Du hast eine LC passende Gemüsebrühe gefunden, oder aber Du verwendest das **Gemüsekonzentrat**, das Du mit Hilfe dieser Website angefertigt und eingeweckt, bzw. eingefroren hast)

SCHRITT 4

Füge 2 EL Tomatenmark und Gewürze zu der Tomatensuppe hinzu, bis sie Deinen Geschmack getroffen hat und lass' sie noch ein paar Minuten köcheln.

SCHRITT 5

Jetzt kannst Du die Tomatensuppe durch pürieren und mit einem Klecks Frischkäse und Bleichtoast (Rezept findest Du auch hier auf der Website) servieren.

TIP

Eine besondere Note erhält die Suppe, wenn Du ein paar Oliven mit hinein pürierst.