Ruck-Zuck-Tomatensuppe

Im Sommer darf eine fruchtige Tomatensuppe auf keinem Speiseplan fehlen. Dieses Rezept schmeckt nach Sommer pur, ist Ruck-Zuck zubereitet und auch bei Kindern sehr beliebt.

Ruck-Zuck-Tomatensuppe

4 Personen
30 Minuten
sehr einfach

Zutaten für Ruck-Zuck-Tomatensuppe:

- 6 EL LAND-LEBEN Backerbsen
- 2kg reife Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen

- 200ml Gemüsebrühe
- 2 EL Tomatenmark
- 5 EL Olivenöl
- 4 EL Balsamico Essig
- 1 TL Oregano
- 2 EL frisch gehacktes Basilikum
- 2 EL Sauerrahm
- Salz und Pfeffer zum Abschmecken

Zubereitung:

Das Backrohr auf 220 Grad Heißluft vorheizen.

Die Tomaten, waschen, vierteln und in eine ofenfeste Form geben. Knoblauchzehen abziehen und zu den Tomaten in die Form geben. Mit Olivenöl beträufeln und für 15-20 Minuten im Backrohr schmoren.

In der Zwischenzeit die Zwiebel fein würfeln und in etwas Olivenöl anschwitzen. Tomatenmark zugeben, mit Balsamico ablöschen und mit Gemüsebrühe aufgießen. Auf kleiner Flamme köcheln lassen.

Nun die Tomaten aus dem Ofen nehmen und zur Gemüsebrühe geben, gehacktes Basilikum und Oregano einrühren und mit dem Stabmixer sehr fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kurz vor dem Servieren mit knusprigen LAND-LEBEN Backerbsen toppen und mit etwas Basilikum und Sauerrahm garnieren.

TIPP: Zuviel Suppe gekocht? Dann zaubern wir doch am nächsten Tag eine leckere Tomatensauce zur Lieblingspasta daraus. Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Die Suppe aufkochen und mit 2 EL frisch geriebenem Parmesan binden. Nudeln zur Sauce geben, fertig ist ein köstliches „Leftover“ Gericht.

www.land-leben.com

© LAND-LEBEN Nahrungsmittel GmbH