Rezept

Frische Tomatensuppe

Ein Rezept von Frische Tomatensuppe, am 24.05.2025

Zutaten

1 kg	vollreife Tomaten
2	Knoblauchzehen
2 EL	Olivenöl
1	Lorbeerblatt
	Salz
	2-3 EL Schmant (ersatzweise saure Sahne)
1	große Zwiebel
50 g	Räucherspeck
	1-2 Stängel Thymian
1 TL	Zucker
	Pfeffer
	2-3 Stängel Basilikum

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 155 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und grob zerschneiden. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und hacken. Den Speck in kleine Würfel schneiden.

2. Das Öl in einem Topf erhitzen. Darin zuerst den Speck, dann die Zwiebelwürfel und den Knoblauch anbraten. Die Tomaten dazugeben und kurz andünsten. 3/4 l heißes Wasser (oder Gemüsebrühe) zugießen. Thymian und Lorbeer hinzufügen und mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Die Tomaten 30 Min. bei schwacher Hitze kochen lassen.

3. Die Suppe durch ein Sieb streichen und nochmals abschmecken. Die Tomatensuppe in Suppentassen verteilen, auf jede Portion etwas Schmant und einige Basilikumblättchen geben.