

Rezept

Grüne Tomatensuppe

Ein Rezept von Grüne Tomatensuppe, am 28.06.2026

Zutaten

1 kg reife grüne Tomaten	800 g Salatgurken
500 g Honigmelone	3 Stangen Staudensellerie
2 Knoblauchzehen	1 kleine grüne Peperoni
100 g Weißbrot (ohne Rinde)	Salz
Pfeffer aus der Mühle	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten waschen und vierteln, dabei die Stielansätze entfernen. Die Gurken schälen und in grobe Stücke schneiden. Melone schälen, entkernen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Sellerie waschen, putzen und in grobe Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und in Streifen schneiden. Die Peperoni waschen, entstielen und grob zerteilen.
2. Alle vorbereiteten Zutaten portionsweise in den Mixer geben und fein pürieren. Dann die Suppe durch ein Sieb passieren.
3. Etwa ein Drittel der Tomatensuppe abnehmen und das Weißbrot darin ca. 5 Min. einweichen, dann im Mixer pürieren und zur restlichen Suppe geben. Alles durchrühren, salzen und pfeffern. Die grüne Tomatensuppe vorm Servieren mindestens 2 Std. kalt stellen.