

Rezept

Kalte Tomaten-Gurken-Suppe

Ein Rezept von Kalte Tomaten-Gurken-Suppe, am 17.12.2025

Zutaten

4 Scheiben Toastbrot

2 Knoblauchzehen

1 große Gurke

1 Bund Petersilie

Salz

1 rote Zwiebel

500 g vollreife Tomaten

4 EL Olivenöl

2 EL Rotweinessig

Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | Schwierigkeitsgrad leicht | Zeit Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | Pro Portion Ca. 170 kcal

Zubereitung

1. Die Hälfte des Brotes kurz in Wasser einweichen. Zwiebel und Knoblauch schälen und grob würfeln. Die Tomaten waschen und würfeln. Gurke schälen, längs halbieren, die Kerne mit einem Löffel herauskratzen, die Gurkenhälften würfeln.
2. Das Brot ausdrücken, mit Zwiebel, Knoblauch, Tomaten, Gurke und 3 EL Öl im Mixer pürieren. Die Petersilie waschen, sehr fein hacken.
3. Das Gemüsepüree mit etwa 100 ml Wasser verdünnen, die Petersilie untermischen. Die Suppe mit Essig, Salz, Pfeffer abschmecken, für etwa 1 Std. kühl stellen.
4. Das übrige Brot entrinden, in kleine Würfel schneiden. Diese im restlichen Öl rundherum knusprig braten. Die kalte Suppe in Schälchen füllen und mit den Brotwürfeln bestreut servieren.