

Rezept

Tex-Mex-Suppe mit Tortillastreifen

Ein Rezept von Tex-Mex-Suppe mit Tortillastreifen, am 11.12.2024

Zutaten

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
2 EL Öl	1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL gemahlener Kreuzkümmel	¼ TL Zimt
1 Prise Zucker	1 Dose Tomaten (800 g)
1 Dose Kidneybohnen (250 g Abtropfgewicht)	2 Tortillafladen
Fruchtfleisch von 1 reifen Avocado	2 Frühlingszwiebeln
2-3 EL Korianderblättchen	Salz
Pfeffer	Saft von ½ Limette

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Backofen auf 200° vorheizen. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen und beides darin andünsten. Gewürze zugeben. Tomaten zugeben. Die Bohnen abgießen und zugeben. Alles aufkochen und 10 Min. köcheln lassen.
2. Tortilla in 1 cm breite Streifen schneiden, auf ein Backblech legen und im Ofen (Mitte) in 5-6 Min. knusprig backen. Avocado klein würfeln. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und fein schneiden. Beides mit Koriander mischen und salzen.
3. Die Suppe pürieren, bis sie noch leicht stückig ist. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. Suppe mit Avocadomix anrichten. Tortillastreifen dazureichen.