

Rezept

Thaicurry-Tomatensuppe

Ein Rezept von Thaicurry-Tomatensuppe, am 11.05.2026

Zutaten

600 g aromatische Tomaten	3 Frühlingszwiebeln
1 - 2 Knoblauchzehen	1 - 2 Bund Koriandergrün
2 EL Kokosöl	1 - 2 TL rote Thai-Currypaste
2 TL Galgantpaste (Asienladen; nach Belieben)	1 EL Tomatenmark
1 l Gemüsebrühe	2 TL weiße oder dunkle Misopaste
200 g Seidentofu	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 115 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, häuten, vierteln, entkernen und würfeln. Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Weiße und hellgrüne Teile in 1 cm dicke Ringe, dunkelgrüne in sehr feine Ringe schneiden. Knoblauch schälen und hacken. Das Koriandergrün abbrausen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen und grob hacken, die Stiele fein hacken.
2. Zwiebelweiß und Knoblauch im Öl glasig andünsten. Die Korianderstiele dazugeben. Currypaste, Galgantpaste und Tomatenmark dazugeben und unter Rühren bei größerer Hitze anrösten, bis es duftet. Die Brühe dazugießen und aufkochen.
3. Die Misopaste einrühren und alles 5 Min. köcheln lassen, bis sich die Aromen entwickelt haben. Die Tomaten dazugeben und in der nicht mehr kochenden Brühe erhitzen. Seidentofu in 1 cm große Würfel schneiden und kurz in der Suppe mit erwärmen. Suppe evtl. mit Salz abschmecken, in Schalen füllen und mit den Korianderblättchen und Frühlingszwiebelringen bestreuen.