

Rezept

# Tomaten-Melonen-Suppe

Ein Rezept von Tomaten-Melonen-Suppe, am 20.04.2024

## Zutaten

<b>500 g</b> vollreife Tomaten	<b>1</b> reife aromatische Honigmelone
<b>1</b> Schalotte	<b>2 EL</b> Olivenöl
<b>400 ml</b> Gemüsesfond	<b>1</b> Lorbeerblatt
2-4 Zweige Rosmarin	Salz
Cayennepfeffer	<b>1 Prise</b> Zucker
<b>2 EL</b> Mandelstifte	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

## Zubereitung

1. Stielansätze der Tomaten entfernen. Die Tomaten kurz überbrühen, häuten, vierteln und entkernen. Melone halbieren, entkernen. Aus dem Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher 12 Kugeln herauslösen und beiseitelegen. Übriges Melonenfruchtfleisch klein schneiden.
2. Schalotte schälen, würfeln. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen, Schalotte darin glasig dünsten. Tomaten und Melonenfruchtfleisch dazugeben und 1 Min. mitdünsten. Gemüsesfond, Lorbeerblatt und Rosmarin dazugeben. Alles aufkochen lassen und zugedeckt bei schwacher Hitze 15 Min. köcheln lassen.
3. Lorbeerblatt und Rosmarin entfernen. Die Suppe durch ein Sieb passieren, mit Salz, Cayennepfeffer und Zucker würzen, abkühlen lassen. Mandeln rösten, herausnehmen, grob hacken. Vor dem Servieren die Melonenkugeln in die Suppe geben, mit übrigem Öl beträufeln, mit Mandeln bestreuen.