

Rezept

Tomatencremesuppe mit Forelle

Ein Rezept von Tomatencremesuppe mit Forelle, am 26.04.2024

Zutaten

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl	1 kleine Dose geschälte Tomaten (400 g)
200 ml Gemüsebrühe	Salz
Cayennepfeffer	20 g Pumpernickel
100 g geräuchertes Forellenfilet	50 g saure Sahne (10 % Fett)

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min
Pro Portion Ca. 209 kcal

Zubereitung

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten.
2. Tomaten mit Saft zufügen und die Tomaten etwas zerdrücken. Mit Brühe ablöschen, mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Ca. 15 Min. köcheln lassen.
3. Inzwischen den Pumpernickel würfeln und in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten. Forellenfilet in mundgerechte Stücke zupfen.
4. Die Tomaten in der Brühe fein pürieren. Die Suppe mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken, anrichten. Die saure Sahne glatt rühren und jeweils 1 Klecks auf die Suppe geben. Forellenstücke darauf verteilen. Mit Pumpernickelcroûtons bestreuen.