Rezept

Tomatensuppe

Ein Rezept von Tomatensuppe, am 04.07.2025

Zutaten

1	Zwiebel
1	Möhre
1 kg	vollreife Tomaten
4	gehäufte EL Tomatenmark
	Salz
	Zucker
	1-2 Knoblauchzehen
1 Stange	Staudensellerie
3 EL	Olivenöl
	½ l Gemüsebrühe
	Pfeffer
	½ Bund Basilikum

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 135 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Möhre schälen und klein würfeln. Den Sellerie putzen, waschen und klein schneiden. Die Tomaten waschen, vierteln, von Stielansätzen befreien und grob hacken.

---

2. Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Möhre und Sellerie 2 Min. unter Rühren mitdünsten. Tomaten, Tomatenmark und Gemüsebrühe dazugeben. Alles einmal aufkochen und bei kleiner Hitze 30 Min. leise kochen lassen. Die Suppe durch eine Flotte Lotte (Passiermühle) oder ein grobes Sieb streichen, wieder erhitzen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Basilikum waschen, trocken schütteln, die Blättchen etwas kleiner zupfen und darüberstreuen.