

Rezept

Tomatensuppe mit Tortellini

Ein Rezept von Tomatensuppe mit Tortellini, am 19.05.2024

Zutaten

1 Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl	1 TL flüssiger Honig (nach Belieben)
1 Dose stückige Tomaten (400 g)	350 ml Gemüsebrühe
100 g Sahne	3 EL italien. TK-Kräuter
1 EL Aceto balsamico bianco	1 EL Speisestärke
50 ml Orangensaft	2 Prisen Cayennepfeffer
Salz	Pfeffer
250 g frische Tortellini (aus dem Kühlregal, beliebige Füllung)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 620 kcal, 32 g F, 19 g EW, 59 g KH

Zubereitung

1. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Olivenöl und eventuell den Honig in einem Topf erhitzen. Darin die Zwiebel und den Knoblauch glasig dünsten.

2. Tomaten, Gemüsebrühe, Sahne, TK-Kräuter und Balsamessig dazugeben. Suppe aufkochen und 5 Min. bei kleiner Hitze köcheln lassen.

3. Die Stärke mit dem Orangensaft verrühren und zur Suppe geben. Diese unter Rühren kurz weiterköcheln lassen, bis sie leicht dicklich ist. Die cremige Tomatensuppe mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Für den Transport die ungegarten Tortellini in zwei große mikrowellenfeste Transportbehälter aus Glas (à ca. 900 ml) füllen, die heiße Suppe darübergießen. Abkühlen lassen.

5. Vor Ort gegebenenfalls die Suppe bis zur Verwendung kalt stellen. Dann die Behälter nacheinander in die Mikrowelle stellen und die Tomatensuppe erhitzen. Anschließend die Suppe noch ca. 1 Min. ziehen lassen, sodass die Tortellini gar sind. Fertig!