



Tomatensuppe

Zutaten

- 1 kg reife Tomaten
- 3 Stangen Frühlingslauch
- 1/2 Metzgerzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL braunen Zucker
- 1 EL Oregano
- 1 TL Chiliflocken
- Olivenöl
- 3 EL Tomatenmark
- 1 Liter Gemüsebrühe
- Salz & Pfeffer

Zubereitung

1. Die Haut von den Tomaten entfernen: Dafür den Stielansatz herausschneiden. Die Tomate nun einmal an der Unterseite mit einem x einritzen. Danach in kochendem Wasser so lange kochen, bis sich die Haut minimal löst. Im Anschluss in kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen.
2. Öl im Topf erhitzen. Knoblauch in grobe Stücke schneiden und kurz im Öl braten lassen. Zwiebeln und Frühlingslauch in kleine Stücke schneiden und ebenfalls hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer, sowie braunem Zucker verfeinern. Im Anschluss die Tomaten mit in den Topf geben.
3. Mit Oregano, Chiliflocken, Tomatenmark und Gemüsebrühe auffüllen. **Tipp:** Für eine selbst gemachte Gemüsebrühe frisches, geputztes und geschnittenes Gemüse in Öl anschwitzen, nach Geschmack würzen und mit Wasser aufkochen. Nach ca. 30 Minuten Brühe durch ein Sieb passieren. Diese Gemüsebrühe kann sehr gut eingefroren werden.
4. Das ganze 45 Minuten lang kochen lassen, danach pürieren. Im Anschluss Servieren und genießen. Guten Appetit!

