

1A+1B

Vegetarisch

Würzige Tomatensuppe mit Grissini



Zubereitungszeit
25 minuten



Portionen
Voor 4 personen

Zubereitungsart

- 1 Das Chiliöl in einer Pfanne erhitzen und rote Zwiebel, Knoblauch und rote Chili ca. 3 Minuten bei nicht zu hoher Hitze andünsten. Dann die Tomatenstücke und die Brühe hinzufügen und das Ganze 15-20 Minuten kochen. Mit dem Stabmixer zu einer glatten Suppe pürieren. Die Suppe auf 4 Teller verteilen und mit den Grissini Oregano servieren.

Zutaten

- ☐ 4 Beutel PS. food & lifestyle grissini oregano
- ☐ 1 Liter PS. food & lifestyle kruidenbouillon
- ☐ 6 Tomaten in Stücken
- ☐ 10 kleine Kirschtomaten, halbiert
- ☐ 2 EL Chiliöl (zum Braten)
- ☐ 1 rote Zwiebel, gewürfelt
- ☐ 1 rote Chili, sehr fein geschnitten
- ☐ 1 Knoblauchzehe, gepresst
- ☐ Frisch gemahlener Pfeffer

Nährwerte pro Person

Energie	269 kcal
Kohlenhydrate	8 g
Fett	11 g
Eiweiß	23 g