

Tomatensuppe mit Zucchini

Rezept für 4 Personen

Zubereitungszeit: 25 Minuten

800 g Tomaten	waschen, Stielansätze entfernen + in grobe Würfel schneiden.
1 große Zwiebel	sowie
2 Knoblauchzehen	schälen und in kleine Würfel schneiden.
1 TL Rapsöl	In einem Topf erhitzen. Zwiebel kurz darin andünsten, Tomaten und Knoblauch zugeben + ebenfalls kurz mitdünsten.
½ l Gemüsebrühe	zufügen und zugedeckt 10 Minuten köcheln. In der Zwischenzeit
200 g Zucchini	waschen, putzen + in <u>feine Stifte</u> schneiden oder grob raspeln.
Harissa, jodiertem Speisesalz, Pfeffer	Am Ende der Garzeit die Suppe pürieren, <u>anschließend</u> die Zucchinihölzer in die Suppe geben, kurz erwärmen und alles mit abschmecken.

Tipp:

- Variante mit Croutons: dazu 2 Scheiben Vollkorntoast oder Brot toasten, anschließend mit Knoblauch einreiben, in kleine Würfel schneiden + kurz vor dem Servieren in die Suppenteller geben

