

# Feurige Tomatensuppe

## Zutaten

---

- 1 Pck Suppengrün (Möhre, Sellerie, Lauch, Petersilie)
- 2 Dose geschälte Tomaten (in der Saison gern auch frische Tomaten)
- 1 Pck passierte Tomaten
- 1 Zwiebel
- 200 ml Orangensaft
- 300 ml Gemüsebrühe
- 0 Rapsöl
- 0 Knoblauch
- 0 Chili (frisch oder Pulver)
- 0 Salz
- 0 Pfeffer
- 0 Honig
- 0 Thymian (frisch oder getrocknet)

## Zubereitung

---

Frische Tomaten waschen, vom Stielansatz befreien und in Würfel schneiden. Knoblauch, Zwiebeln schälen und sehr fein hacken, Chilischoten längs halbieren, die Kerne entfernen und in feine Streifen schneiden. Suppengemüse waschen, putzen und klein würfeln. In einem Topf das Öl erhitzen und das Suppengemüse darin glasig anschwitzen. Zwiebel, Knoblauch und Chili dazu, mit Salz würzen und kurz mit anschwitzen. Orangensaft und Tomaten (Schältomaten und passierte Tomaten) dazugeben und 5 min kochen lassen. Mit Gemüsebrühe aufgießen, Hitze reduzieren und ca. 20min zugedeckt leicht köcheln lassen. Mit Thymian, Honig, Salz und Pfeffer abschmecken. Suppe fein pürieren und noch einmal kurz aufkochen lassen. Je nach Wunsch kann die Konsistenz durch Gabe von

# Feurige Tomatensuppe

GemäßsebrÄhe verÄndert werden. Vor dem Servieren mit gehackter Petersilie bestreuen.