



Paprika-Tomaten-Suppe mit Käsetoast

mit Crème fraîche und Schnittknoblauch



20-30min



2 Personen

Ein schmackhaftes Süppchen ist nie zu verachten – ganz besonders, wenn es sich dabei um eine cremige Tomatensuppe mit Geheimwaffe handelt: Paprika verleiht dem Ganzen nämlich das gewisse Etwas! Aber das eigentliche schwere Geschütz präsentiert sich in Form des in der Pfanne gebratenen Käsetoasts – außen knusprig und innen aromatisch-schmelzend und mit Schnittknoblauch verfeinert. Hach, herrlich!

Was du von uns bekommst

- 2 rote Paprika
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Dose Kirschtomaten
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 10g Schnittknoblauch
- 100g geriebener Gouda ⁷
- 1 Packung veganes Toastbrot ¹
- 1 Päckchen geräuchertes Paprikapulver
- 1 Becher Crème fraîche ⁷

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter ⁷
- 4TL Mayonnaise ³
- Salz und Pfeffer
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne mit Deckel
- Stabmixer
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 814kcal, Fett 53.5g, Kohlenhydrate 55.0g, Eiweiß 27.8g



1. Gemüse schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in 3-4cm große Stücke schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in Spalten schneiden. Den **Knoblauch** schälen und grob würfeln.



4. Käsetoast vorbereiten

Währenddessen den **Schnittknoblauch** in kleine Röllchen schneiden. Die **½ des Schnittknoblauchs** mit dem **Käse** vermengen. **4 Scheiben Toast** auf einer Seite mit je 1TL Mayonnaise bestreichen. Den **Käse** auf **2 Scheiben Toast** verteilen, jeweils auf der Seite, die nicht mit Mayonnaise bestrichen ist. Mit einer zweiten Scheibe abdecken, sodass die Mayonnaise jeweils außen ist.



2. Gemüse anbraten

Die **Paprika**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** in einem mittelgroßen Topf mit 1EL Butter bei starker Hitze 2-3Min. anbraten, dabei gelegentlich umrühren. Die **Paprikastücke** sollten stellenweise leicht schwarz, jedoch nicht verbrannt sein.



5. Käsetoast braten

Die **Käsetoasts** in einer großen Pfanne mit 1EL Butter bei mittlerer Hitze abgedeckt 4-5Min. braten, bis der **Käse** geschmolzen ist. Die **Käsetoasts** wenden und bei mittlerer bis starker Hitze weitere 3-4Min. braten, bis sie goldbraun und knusprig sind.



3. Suppe kochen

Das **Gemüse** mit den **Kirschtomaten** und 100ml Wasser ablöschen. Das **Brühgewürz** einrühren, die **Suppe** aufkochen und abgedeckt 13-15Min. köcheln lassen, bis die **Zwiebeln** und die **Paprika** weich sind.



6. Suppe pürieren

Die **Suppe** mit einem Stabmixer glatt pürieren. Mit **½-1TL Paprikapulver** und 1EL Essig verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **½ der Crème fraîche** einrühren und erneut pürieren. Die **Käsetoasts** diagonal halbieren. Die **Suppe** auf tiefe Teller verteilen, mit **Crème fraîche** und dem **restlichen Schnittknoblauch** garnieren und mit den **Käsetoasts** servieren.