



Tomatensuppe mit Sellerie und Garnelen

dazu Knoblauchbaguette



ca. 35min



3-4 Personen

Diese Suppe wirst du bestimmt nicht alleine auslöffeln! Denn schon der Duft von Zwiebeln, Sellerie und chinesischen Gewürzen, die zum Ansetzen der Tomatenbrühe sanft im Topf anbraten, wird die potenziellen Tischgäste in die Küche locken. Als feine Einlage schwimmen Garnelen in der Suppe, die mit pikanter Chilipaste verfeinert wird. Dazu gibt es krosses Knoblauchbaguette zum Eintunken. Gemeinsam schmeckt es doch am besten!

- 2 Zwiebeln
- 3 Stangensellerie ¹
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Baguettebrötchen ³
- 4 Tomaten
- 1 Pck. chinesisches 5-Gewürze-Pulver
- 400g passierte Tomaten
- 25g koreanische Chilipaste ^{3,5}
- 50ml Tamari-Sojasauce ⁵
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut

- 6EL Butter ⁴
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen und Backblech
- großer Topf
- Messbecher
- Knoblauchpresse
- Alufolie
- Sieb

Energie 600kcal, Fett 31.5g,
Kohlenhydrate 55.3g, Eiweiß 23.7g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. 6EL Butter Raumtemperatur annehmen lassen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und fein würfeln. Den **Sellerie** in dünne Scheiben schneiden.



Den **Knoblauch** mit der weichen Butter sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verrühren. Die **Knoblauchbutter** in die Einschnitte streichen, dann die **Brötchen** in die Alufolie einwickeln und auf einem Backblech im Ofen ca. 8Min. erwärmen. Die Folie öffnen und die **Knoblauchbaguettes** ca. 4Min. knusprig und goldbraun backen.



Die **Zwiebeln** und den **Sellerie** in einem großen Topf mit 3EL Olivenöl und 1TL Salz bei mittlerer Hitze ca. 10Min. weich braten, dabei ab und an umrühren.



Die **Tomaten** in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Das **5-Gewürze-Pulver** zum **Gemüse** in den Topf geben und ca. 1Min. mitbraten. Die **Tomaten**, die **passierten Tomaten**, **1EL Chilipaste oder mehr nach Geschmack**, die **Sojasauce**, 4EL Essig, 4TL Zucker und 700ml Wasser zugeben, zum Kochen bringen und ca. 10Min. köcheln lassen.



Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. Die **Brötchen** jeweils im Abstand von 1-2cm bis zur Hälfte einschneiden und auf ein Stück Alufolie legen.



Die **Garnelen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen, in den Topf geben und ca. 2Min. köcheln lassen, bis sie gar sind. Die **Suppe** und die **Garnelen** auf Teller verteilen und mit dem **Knoblauchbaguette** servieren.