



Tomatensuppe mit Sellerie & Garnelen x2

dazu Knoblauchbaguette



ca. 35min



2 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!

- 1 Zwiebel
- 2 Stangensellerie ¹
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Baguettebrötchen ³
- 2 Tomaten
- 1 Pck. chinesisches 5-Gewürze-Pulver
- 200g passierte Tomaten
- 25g koreanische Chilipaste ^{3,5}
- 50ml Tamari-Sojasauce ⁵
- 2 Pck. ASC-Garnelen, aufgetaut

- 3EL Butter ⁴
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

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

Energie 705kcal, Fett 35.7g,
Kohlenhydrate 56.4g, Eiweiß 39.1g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. 3EL Butter Raumtemperatur annehmen lassen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. Den **Sellerie** in dünne Scheiben schneiden.



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



Die **Zwiebeln** und den **Sellerie** in einem mittelgroßen Topf mit 2EL Olivenöl und 1/2TL Salz bei mittlerer Hitze ca. 10Min. weich braten, dabei ab und an umrühren.



Die **Tomaten** in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **½ des 5-Gewürze-Pulvers** zum **Gemüse** in den Topf geben und ca. 1Min. mitbraten. Die **Tomaten, die passierten Tomaten, 2TL Chilipaste oder mehr nach Geschmack, die Sojasauce, 2EL Essig, 2TL Zucker und 600ml Wasser** zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann zum Kochen bringen und ca. 10Min. köcheln lassen.



Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. Das **Brötchen** 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** ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen und mit den **Garnelen** auf Teller verteilen. Mit dem **Knoblauchbaguette** servieren.