



## Paprika-Tomaten-Suppe mit Käsetoast

mit Crème fraîche und Schnittknoblauch



20-30min



2 Personen

Auch im Frühjahr ist so ein schmackhaftes Süppchen nicht zu verachten – ganz besonders, wenn es sich dabei um eine frische Tomatensuppe mit Geheimwaffe handelt: Paprika verleiht dem Ganzen erst das gewisse Etwas! Aber das eigentliche schwere Geschütz präsentiert sich in Form des in der Pfanne gebratenen Käsetoasts, das außen knusprig und innen cremig-schmelzend und mit Schnittknoblauch verschmückt daherkommt. Hach, herrlich!



## Was du von uns bekommst

- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- 2 rote Paprika
- 1 Dose gehackte Tomaten
- 1 Päckchen Gemüsebrühgewürz
- 10g Schnittknoblauch
- 1 Packung geriebener Gouda <sup>7</sup>
- 1 Packung veganes Toastbrot <sup>1</sup>
- 1 Päckchen geräuchertes Paprikapulver
- 1 Becher Crème fraîche <sup>7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Butter <sup>7</sup>
- 4TL Mayonnaise <sup>3</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Essig

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- mittelgroße 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 904kcal, Fett 48.2g, Kohlenhydrate 83.8g, Eiweiß 32.6g



### 1. Gemüse schneiden

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



### 4. Käsetoast vorbereiten

Währenddessen den **Schnittknoblauch** in kleine Röllchen schneiden. Die **1/2 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

Den **Knoblauch**, die **Zwiebeln** und die **Paprika** 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 mittelgroßen 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 **gehackten Tomaten** 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 **1/2-1TL Paprikapulver** und 1EL Essig verfeinern und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die **1/2 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.