MARLEY SPOON



Tomatensuppe mit Kichererbsen-Croûtons

und frischem Basilikum

ca. 30min 2 Portionen

Vergiss alles, was du dachtest, über Tomatensuppen zu wissen! Diese Kreation begeistert mit einer wunderbar samtigen Textur und einem tiefen Umami-Aroma. Für das finale Geschmacksfeuerwerk sorgt das krosse Topping: Das Brot für die Croûtons wird mit einer fix pürierten Paste aus getrockneten Tomaten verfeinert und dann mit den Kichererbsen kross gebacken. Mit frischem Basilikum vollendet ein wahrer Gaumenschmaus.

Was du von uns bekommst

- 10g Basilikum
- 1 Pck. getrocknete Tomaten
- 1 Dose Bio-Kichererbsen
- 1 Baguettebrötchen [1]
- 2 Tomaten
- 1 Stange Lauch
- 200g passierte Tomaten
- 200ml Kochsahne [2]

Was du zu Hause benötigst

- 1EL Weizenmehl [1]
- Salz
- Olivenöl
- Balsamicoessig [3]

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Milch** (2), **Schwefeldioxid und Sulphite** (3).

Nährwertangaben pro Portion
Energie 818kcal, Fett 42.4g, Kohlenhydrate 84.8g, Eiweiß 18.9g



1. Tomatenpaste zubereiten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Basilikumblätter** abzupfen. Die **Basilikumstängel** und die **½ der Basilikumblätter** mit der **½ der getrockneten Tomaten**, 1EL Olivenöl und 2EL Wasser in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer zu einer **Paste** pürieren. Die **Kichererbsen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.



2. Croûtons rösten

Die **Brötchen** in mundgerechte Stücke schneiden und mit den **Kichererbsen** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit der **Tomatenpaste** vermengen. Mit 1EL Olivenöl beträufeln und mit 1 Prise Salz würzen. Dann 12–14Min. im Ofen backen, bis alles goldbraun und knusprig ist, dabei nach der Hälfte der Backzeit durchmischen.



3. Gemüse schneiden

Die **Tomaten** in grobe Stücke schneiden. Den **Lauch** in dünne Ringe schneiden.



4. Lauch anbraten

Den **Lauch** in einem mittelgroßen Topf mit ½EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 4–5Min. anschwitzen, bis er weich wird.



5. Tomaten zugeben

Den **Lauch** mit 1EL Mehl bestäuben. Das Mehl gut unterrühren, dann mit ½EL Balsamicoessig ablöschen. Die **Tomaten** zugeben und ca. 1Min. mitbraten. Mit 1 kräftigen Prise Salz würzen.



6. Suppe kochen

Die **passierten Tomaten** und 50ml Wasser in den Topf geben und die **Suppe** bei mittlerer Hitze ca. 5Min. köcheln lassen. Die **Kochsahne** einrühren und ca. 1Min. erhitzen. Die **Suppe** cremig pürieren, dabei ggf. etwas mehr Wasser zugeben. Mit Salz abschmecken. Die **Suppe** auf Teller verteilen und mit den **Croûtons**, den **Kichererbsen** und dem **übrigen Basilikum** garniert servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**