Tomatensuppe mit Garnelen

Fisch-Gerichte » Fisch-Suppen

Zutaten (4 Personen)

» 2 Zwiebel(n)
» 2 Kartoffel(n)
» 2 EL Öl
» 1l Instant-Gemüse-Brühe
» 850g Dosentomaten
» 200g Garnele(n)
» 3 EL geh. Estragon
» 2 EL Saure Sahne

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Die Zwiebeln abziehen und hacken. Kartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin anbraten. Kartoffeln und Brühe dazugeben, aufkochen lassen und zugedeckt bei geringer Hitze etwa 10min köcheln lassen.

2. Tomaten mit Saft in den Topf geben, alles aufkochen lassen. Suppe mit dem Mixstab pürieren. Garnelen und Estragon zufügen, kurz erhitzen.

3. Suppe auf vier tiefe Teller verteilen und jeweils ein Klecks Sauerrahm in die Mitte geben. Nach Wunsch mit frischem Estragon garniert servieren.

Nährwerte: 210kcal/E13g/F12g/KH13g pro Portion

angelegt am: 16.11.2003 Rezept-Nr: 699

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke