

Schnelle Tomatensuppe mit Basilikum

Schwierigkeitsgrad einfach Arbeitszeit 10 Min Gesamtzeit 30 Min Portionen 4

Zutaten

- 100 g Zwiebeln, halbiert
- 3 Knoblauchzehen, halbiert
- 30 g Olivenöl
- 1200 g Tomaten, reif, in Stücken, Strunk entfernt
- 4 Zweiglein Oregano, frisch
- 4 Zweiglein Thymian, frisch
- 1 Lorbeerblatt, getrocknet
- 2 TL Gewürzpaste für Gemüsebrühe, selbst gemacht
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer, frisch gemahlen
- Basilikum, frisch, zum Servieren

Zubereitung

1. Zwiebeln, Knoblauch und Olivenöl in den Mixtopf geben und 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern, mit dem Spatel nach unten schieben und 3 Min./120°C/Stufe 1 anbraten.
2. Tomaten, Oregano, Thymian, Lorbeerblatt, Gewürzpaste, Salz und Pfeffer zugeben und 20 Min./100°C/Stufe 1 kochen.
3. Kräuterzweiglein und Lorbeerblatt entfernen und Pürieren Modi/50 Sek.. Schnelle Tomatensuppe anrichten und mit Basilikum bestreut servieren.

Tipps & Tricks

- **Basenfasten-Tipp:** Genieße die erfrischende Suppe als Abendessen.

