



www.gemeinsamtafeln.com

Tomatensuppe für Kinder

Zutaten

1kg frische Tomaten, alternativ 2 Dosen geschälte Tomaten (400g), 2 Möhren, etwas Lauch, etwas Sellerie, 1 Apfel, 1 große Zwiebel, 2 Esslöffel Butter, 750 Milliliter Gemüsebrühe, Salz, wenig Zucker, Basilikum, wenig Zitronensaft

Zubereitung

- Zwiebeln, Sellerie und Möhren würfeln
- Lauch waschen und ebenfalls klein schneiden
- Apfel entkernen und in feine Würfel schneiden und mit Zitrone beträufeln, beiseite stellen
- Butter in einem großen Suppentopf bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Das klein geschnittene Gemüse mit 1/2 Teelöffel Salz dazugeben und für etwa 4-5 Minuten anschwitzen, bis es glasig wird
- Tomaten waschen, halbieren, grünen Strunk entfernen und klein schneiden. Tomatensaft und Kerne auffangen
- Tomaten mit Saft und Kernen oder Tomaten aus der Dose, Gemüsebrühe sowie 1 1/2 Teelöffel Salz dem Gemüse hinzufügen
- Zum Kochen bringen und anschließend auf niedriger Temperatur 25 Minuten köcheln lassen, bis die Karotten und die Tomaten zerkocht sind.
- Kurz vor Ende der Kochzeit die Äpfel zugeben
- Mit dem Pürierstab zerkleinern, bis die Tomatensuppe cremig ist. Zurück in den Topf geben und mit einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Basilikum dekorieren
- Mit einem „Klecks“ Schmand als Deko schmeckt die Suppe noch besser

