



SCHARFE TOMATEN-PAPRIKA-SUPPE,

dazu Garnelen und überbackenes Käseciabatta

EXTRA LECKERBISEN

gebratene Garnelen



Garnelen



Ciabatta



gelbe Paprika



passierte Tomaten



TABASCO® Sauce



Knoblauchzehe



Mozzarella



Crème fraîche



Basilikum



Hartkäse ital. Art



Gemüsebrühe



20 [25|25] Min. 25 [35|35] Min.

Stufe 1

Thermomix kocht

Tag 1 - 2 kochen

Hello Extra! Deine **scharfe** Tomaten-Paprika-Suppe erfährt heute ein Upgrade durch knusprig angebratene, zarte Garnelen. So verwöhnst Du Dich – gerade an kälteren oder verregneten Abenden. Durch die Menge an Gemüse und die Kombination mit selbst gemachtem Käseciabatta erhältst Du hier einen **ballaststoffreichen** Klassiker, den Dir Dein Thermomix® fast ganz alleine kocht. Super einfach und super lecker! Lass es Dir schmecken!

thermomix

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Neben dem **Thermomix®** benötigst Du **2 kleine Schüsseln**, einen **Gitterrost**, **1 große Pfanne**, ein **Backblech** und **Backpapier**.



1 ZERKLEINERN

Hartkäse halbieren und in den Mixtopf geben.

Blätter vom **Basilikum** abzupfen, **Basilikumblätter** in den Mixtopf zugeben, **10 Sek./Stufe 10** zerkleinern und in eine kleine Schüssel umfüllen.

Mozzarella jeweils in 4 Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 4** zerkleinern und in eine weitere kleine Schüssel umfüllen.



4 BROT ÜBERBACKEN

Backofen auf Grillfunktion umstellen.

Knoblauch abziehen und halbieren.

Ciabatta in Scheiben schneiden.

Ciabattascheiben auf der Schnittfläche mit **Knoblauch** einreiben und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Mit zerkleinertem **Mozzarella** bestreuen und ca. 3 Min. auf dem höchsten Einschub im Backofen überbacken, bis der **Käse** zerlaufen ist.



2 CIABATTA VORBACKEN

Ciabatta auf einen Gitterrost geben und im Backofen 8 – 10 Min. aufbacken.

Danach herausnehmen und abkühlen lassen. Währenddessen **Suppe** kochen.



5 FÜR DIE GARNELN

In einer großen Pfanne **Öl*** erhitzen und **Garnelen** 5 – 7 Min. braten, bis sie durchgegart sind. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.

SUPPE PÜRIEREN

Nach der Kochzeit **Crème fraîche** in den Mixtopf zugeben und **55 Sek./Stufe 5-7-9-10** schrittweise ansteigend cremig pürieren.

Nach Geschmack mit **Salz***, **Pfeffer*** und **TABASCO® Sauce** abschmecken.



3 SUPPE KOCHEN

Paprika vierteln, entkernen, in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

Öl* zugeben und **5 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. **Kirschtomaten**, **Gemüsebrühe**, **Salz***, **Pfeffer***, 1 Prise **Zucker***, **Wasser*** und nach gewünschter **Schärfe TABASCO® Sauce** zugeben.

Dann **16 Min./100 °C/Stufe 1** kochen.

Währenddessen das **Käseciabatta** zubereiten.



6 ANRICHTEN

Tomaten-Paprika-Suppe auf Schüsseln verteilen, mit **Basilikum-Hartkäse** bestreuen und zusammen mit **Garnelen** und überbackenem **Käseciabatta** genießen.

★ **TIPP:** Wenn Du **heiße Flüssigkeit** im Thermomix pürierst, erhöhe langsam die **Geschwindigkeit** und reduziere die **Geschwindigkeit** in umgekehrter Reihenfolge von **Stufe 10 auf 5-3-1-0** nach dem Pürieren.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Ciabatta 1)	250 g	300 g	500 g
Gemüsebrühe	4 g	8 g	8 g
gelbe Paprika ES NL	1	1	2
Kirschtomaten (Packung)	1	1½	2
Tabasco® Sauce	3,6 ml	5,4 ml	7,2 ml
Knoblauchzehe ES	1	1	1
Mozzarella 5)	125 g	250 g	250 g
Crème fraîche 5)	150 g	150 g	150 g
Garnelen 4)	200 g	300 g	400 g
Hartkäse ital. Art 2) 5)	20 g	20 g	40 g
Basilikum	10 g	10 g	10 g
heißes Wasser* für Brühe	300 ml	450 ml	600 ml
Öl*	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 EL
Salz*, Pfeffer*, Zucker*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix® anpasst.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 650 g)
Brennwert	520 kJ/124 kcal	3318 kJ/793 kcal
Fett	6 g	35 g
- davon ges. Fettsäuren	3 g	19 g
Kohlenhydrate	13 g	80 g
- davon Zucker	2 g	12 g
Eiweiß	8 g	48 g
Ballaststoffe	1 g	6 g
Salz	1 g	4 g

ALLERGENE

1) Weizen 2) Eier 5) Milch 4) Krebstiere

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

ES: Spanien, NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).



Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at