



Tomatenconsommé mit Basilikumklößchen

Zubereitung:

Die Zwiebel in Streifen schneiden, das restliche Gemüse putzen und in walnussgroße Würfel schneiden. Zusammen mit dem Knoblauch andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz mitdünsten. Mit der Flüssigkeit aufgießen, mit Salz und Pfeffer würzen, den Kräuterstrauß dazugeben und bei milder Hitze 1 Stunde ziehen lassen.

Die Tomatenbrühe vorsichtig durch ein Haarsieb gießen, kräftig abschmecken und kalt stellen. Das Klärgemüse fein reiben, Eiklar kurz anschlagen und dazugeben. Alles zusammen in die erhaltete Tomatenbrühe geben und auf dem Herd unter anfänglichem Rühren kurz aufkochen und danach ca. 15 Min. ziehen lassen.

Das geronnene Eiweiß samt Gemüse abschöpfen und die verbleibende Brühe durch ein feines Tuch gießen. Zum Schluss den Balsamico zugeben.

Den Hafer grob mahlen und in der trockenen Pfanne darren. Quark, Ei und Hafer vermischen, den Basilikum fein schneiden, zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kleine Klößchen abstechen, in leicht siedendem Wasser kurz ziehen lassen und in der Suppe servieren.

Falls Sie keine Getreidemühle besitzen, um den Hafer zu mahlen, verwenden Sie grobe Haferflocken und rösten Sie diese ebenfalls in der Pfanne ohne Fettzugabe an. Die Suppe muss übrigens nicht geklärt werden, falls Sie sich Arbeit sparen möchten. Sie können die Tomatenbrühe einfach - ohne sie zuvor zu klären - durch ein feines Sieb gießen.

Zutaten für die Consommé:

1	Zwiebel
200 g	frische Tomaten
50 g	Lauch
50 g	Knollensellerie
50 g	Karotten
2	Knoblauchzehen
2 EL	Tomatenmark
1,5 l	Gemüsebrühe oder Wasser
	Salz Pfeffer, frisch gemahlen
je 1	Sträußchen Basilikum und Rosmarin

Zur Klärung der Suppe:

40 g	Karotten
40 g	Knollensellerie
40 g	Lauch (weißer Teil)
3	Eiklar
1 EL	Balsamico-Essig

Für die Klößchen:

40 g	Hafer
100 g	Magerquark
1	Ei
2 EL	Basilikum
	Salz Pfeffer, frisch gemahlen

Zubereitungszeit: 30 Min. + 1½ Stunden Garzeit
Für 1,5 Liter Suppe – Braucht etwas mehr Zeit

Tipps:

Info: Andarren ist das trockene Anrösten von Getreide oder Saaten in Topf, Pfanne oder im Ofen.

Eine feine Suppe, prima als Vorspeise eines mehrgängigen Menüs.



Besuchen Sie unseren Shop
<http://messerschmidt-muehlen.de/>

