



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 GARNELEN

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.

| DURCHSCHNITTLICHE 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).

#HelloFreshDE

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