

Einfache, schnelle Tomatensuppe mit oder ohne Hackfleischbällchen (für 2 Personen)

250 g mageres, frisches Rindshackfleisch

Salz, Pfeffer, Paprika

4 EL Paniermehl, ungewürzt

(die Suppe ist auch ohne Hackfleisch köstlich!)

1 kleine Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 EL gutes Olivenöl, z.B. Santini VomFass

500g frische, reife Tomaten

5 dl Wasser

Italienische Gemüsebouillon von Morga

2 TL italienische Kräutermischung

eine Handvoll kleine Suppenteigwaren

ein paar Blätter Basilikum

1 TL Basilikumöl VomFass

Zuerst die Hackfleischbällchen zubereiten: Hackfleisch kräftig mit Salz, Pfeffer, Paprika würzen und gut mit Paniermehl mischen. Alles gut durchkneten, kleine Bällchen formen und beiseite stellen.

Zwiebel und Knoblauch rüsten und mit Olivenöl in einer Suppenpfanne anbraten. Die Pelatitomaten mit Wasser mischen und pürieren. Im Sommer nimmt man selbstverständlich frische Tomaten. Diese kann man rüsten, zerkleinern und ebenfalls mit Wasser pürieren. Die Tomaten in die Pfanne geben, alles umrühren und Bouillon dazu geben. Alles aufkochen. Wenn die Suppe kocht, die Kräutermischung mit den Hackfleischbällchen und den Teigwaren zugeben und umrühren. Die Suppe nochmals aufkochen und die Heizquelle etwas zurückschalten. Deckel darauf und die Suppe ca. 15 Minuten köcheln lassen. Ab und zu umrühren, die Teigwaren kleben sonst am Boden... Mit ein paar Basilikumblätter und Knoblauchbrot servieren.