

Wassermelonen-Tomaten-Suppe

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

- 1 Zwiebel
- 1 EL Olivenöl
- 750 g Tomaten, reif
- 750 g Wassermelone, gerüstet gewogen
- 0.5 Chilischote
- 2 dl Gemüsebouillon
- Salz
- schwarzer Pfeffer, aus der Mühle
- Zitronensaft, einige Tropfen
- 1 Bund Basilikum
- 1 Zweig Minze
- 1 Becher Naturejoghurt, griechisch (180 g)



Zubereitung:

Die Zwiebel schalen und fein hacken. In einer kleinen Pfanne das Olivenöl erhitzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Auskühlen lassen.

Reichlich Wasser aufkochen. Den Stielansatz der Tomaten herausschneiden. Die Früchte 20–30 Sekunden ins kochende Wasser tauchen, herausheben, kalt abschrecken und häuten.

Je nach Größe 1–2 Tomaten waagrecht halbieren, entkernen, klein würfeln und beiseitestellen. Restliche Tomaten in grobe Stücke schneiden. Von der Wassermelone ungefähr 1/3 ebenfalls in kleine Würfelchen schneiden und beiseitestellen. Den Rest in grobe Stücke schneiden.

Die Chilischote entkernen und in feine Streifen schneiden. Zusammen mit den Zwiebeln, den grob geschnittenen Tomaten und Melonen sowie der Bouillon im Blender oder mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Suppe anschliessend durch ein feines Sieb passieren. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und wenig Zitronensaft würzen. Bis zum Servieren gut auskühlen lassen.

Basilikum und Minze fein hacken. Die Kräuter mit dem Joghurt verrühren und leicht salzen.

Zum Servieren die Suppe in vorgekühlten Suppenschalen oder Gläsern anrichten. Die beiseitegestellten Melonen- und Tomatenwürfel sowie etwas Kräuterjoghurt daraufgeben.