



Mediterrane Tomatensuppe

Zutaten

- 50 g Rucola
- 300 g Auberginen
- 3 EL Olivenöl
- etwas Salz
- 1 Beutel Maggi Für Genießer Tomatensuppe mit Reis
- 750 ml Wasser
- etwas Zitronensaft
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Rucola putzen, waschen und kleinschneiden. Aubergine waschen, erst in dicke Scheiben und dann in Streifen schneiden.
2. In einer Pfanne Olivenöl heiß werden lassen und die Aubergine darin anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. In einem Topf Maggi Für Genießer Tomatensuppe mit Reis in Wasser einrühren, Aubergine zugeben, zum Kochen bringen und bei geringer Wärmezufuhr 5 Min. kochen. Dabei gelegentlich umrühren. Mit Zitronensaft abschmecken. Kurz vor dem Servieren Rucola auf die Suppe geben. Dazu schmeckt knuspriges Baguette.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	22 g
Energie	217 kcal
Fett	13 g
Protein	4 g

🕒 20 Minuten

⊕ 3 Portionen