

## Das August-Rezept 2018 der LandFrauen

Von Inke Voss vom KreisLandFrauenVerband Rendsburg-Eckernförde e.V.

<https://www.kreislandfrauen-rendsborg-eckernfoerde.de/>

in Zusammenarbeit mit dem MarktTreff Delve „Unser Dorfladen“ mit Berit Thomsen

*Diesen Monat gibt es eine Vielfalt aus Tomaten, am Besten selbstgeerntet.  
Suppenvariationen und Tomatenbrot – mal anders.*

### Tomatenbrot & Tomatensuppe



Zutaten Tomatenbrot:

1 Zwiebel  
4 Scheiben Toastbrot  
4 Cocktailtomaten  
4 Eier  
Salz  
Fett

Zutaten Tomatensuppe:

1kg Strauchtomaten  
150 ml Passierte Dosentomaten oder  
Tomatenmark  
32 Fleischklößchen aus dem Beutel  
1 TI Kräuter der Provence  
1 Bio Brühwürfel

Festliche Variante:

1/8 l Schlagsahne  
Schnittlauch

Für Kinder:

Banane

Tomatenbrot mit Spiegelei

1 Zwiebel in Würfel schneiden und 20 g Fett in eine Pfanne geben, zerlassen und die Zwiebeln in Fett glasig dünsten. 4 Scheiben Toastbrot tosten und darauf die gedünsteten Zwiebeln verteilen. 4 Cocktailtomaten in Scheiben schneiden und auf die Zwiebeln legen. Dann 20 g Fett in eine Pfanne geben, zerlassen und die 4 Eier braten. Jeweils 1 Tomatentoast auf einen Teller legen und ein Spiegelei obendrauf geben. Salz je nach Geschmack verwenden.

Tomatensuppe:

0,25 l Wasser in einen Kochtopf von etwa 20 cm Durchmesser geben. 1 kg Strauchtomaten waschen, vierteln und den Strunk entfernen und ins Wasser geben. Das ganze ca. 30 Minuten garen und mit dem Pürierstab zerkleinern. Dann ca. 150 ml passierte Dosentomaten oder Tomatenmark hinzufügen. Mit 1 Teelöffel Kräuter der Provence abschmecken. In einem halben Liter Wasser den Brühwürfel auflösen und die Fleischklößchen erhitzen.

Festlich

1/8 l Schlagsahne steif schlagen. Ca. 7 Fleischklößen in eine Suppentasse geben und heiße Tomatensuppe auf 4 Suppentassen verteilen. Jeweils 1 Esslöffel Schlagsahne auf die Tomatensuppe geben und mit Schnittlauch dekorieren

Mal anders und für Kinder

1/2 Banane in dünne Scheiben schneiden und anstelle der Schlagsahne auf die Tomatensuppe geben und mit Schnittlauch dekorieren.

Guten Appetit!