

REZEPT „TURBO TOMATE“ PROTEINREICHE TOMATENSUPPE (1 Portion)



Zutaten:

- 7 EL Figuactive Juicy Tomato
- 4-5 kleine Mozzarella-Kugeln
- 4-5 Cherrytomaten
- 350 mL Wasser
- 3-4 Basilikumblätter

Zubereitung:

1. Tomaten waschen und vierteln.
2. Mozzarella-Kugeln halbieren.
3. Wasser in einem Topf oder mit einem Wasserkocher aufkochen.
4. Figuactive Juicy Tomato hinzufügen und mit einem Schneebesen verrühren.
5. In eine Suppenschale abfüllen, Tomaten und Mozzarella hinzugeben und mit Basilikum anrichten.

TIPP 1:

Für mehr Biss kannst du auch hier 1-2 Löffel des vorgekochten Dinkels/Hafers hinzugeben oder mit den vorgerösteten Kernen toppen.

TIPP 2:

Wenn's schnell gehen muss, das Suppenpulver einfach in ein kleines Gefäß abfüllen, mitnehmen zur Arbeit und dann vor Ort mit heißem Wasser aufgießen. Nimm auch gern Tomaten und Parmesan oder Mozzarella mit in deine Firma – für die „Turbo Tomate“ mit Biss!

Du hast dann ca. 30 Gramm Eiweiß pro Portion!