

## Knusper-Zwiebelsuppe für Eilige von Sarah Wiener



Serviervorschlag zeigt die nicht überbackene Variante

### Zutaten für 4 Personen

- DR. KARG Feinschmecker Knäckebrot  
Sorten "Pikant" oder „Käse-Kürbiskern“  
8 Scheiben
- 2 Tomaten
- 125 ml pro Scheibe heißes Wasser bzw.  
Gemüse-/Fleischbrühe  
(für einen kräftigeren Geschmack)
- 8 EL Lauch oder Schnittlauch  
(für einen „zweibligere“ Geschmack)
- 200 g Emmentaler, Le Gruyère oder eine andere  
Gratin-geeignete Käsesorte  
(für die überbackene Version)
- 120 g Parmesan (für die nicht überbackene Version)
- 360 g Wachtel- oder Borlotti-Bohnen
- 4 TL Tomatenmark
- Paprikapulver (rosenscharf)
- Salz, Pfeffer, (Muskatnuss)
- Soja-Soße

### Zubereitung

Tomaten in kleine Würfel schneiden.

Knäckebrot in kleine Stücke brechen und mit einem Zerkleinerer ganz fein zerkleinern bzw. im Beutel mit Fleischklopfer zertrümmern.

Mit kochendem Wasser bzw. Brühe (125 ml pro Scheibe) übergießen, bedeckt ziehen lassen.

Oder

Knäckebrot in kleine Stücke brechen, mit kochendem Wasser bzw. Brühe (125 ml pro Scheibe) übergießen, weich werden lassen, dann mit einem Mixstab pürieren und bedecken.

Um den Zwiebelgeschmack zu verstärken, kann man etwas Lauch (den weißen Teil) oder Schnittlauch in hauchdünnen Ringen schneiden und zum Brot dazugeben, bevor man es mit der heißen Flüssigkeit übergießt.

Mit Salz und Pfeffer würzen, nach Geschmack eine Prise Paprikapulver, einen Teelöffel

Tomatenkonzentrat und /oder einen kleinen Schuss Soja-Soße dazugeben.

Tomatenwürfel dazugeben, nach Wunsch 1-2 EL gekochter Bohnen pro Person hinzufügen, Parmesan drauf reiben ...fertig!

Oder

Man kann die Creme in feuerfeste Schälchen verteilen, mit geriebenem Käse bestreuen und einige Minute in den Ofen bzw. Mikrowelle (mit Grill-Funktion!) unter dem Grill gratinieren.

Wenn der Käse geschmolzen ist und blubbert, die Schälchen rausnehmen, Tomatenwürfel auf die Oberfläche streuen... fertig!



Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

*Wir wünschen gutes Gelingen und einen guten Appetit!*