



Fetasuppe mit Tomaten

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 2 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Olivenöl	2 EL
Tomatenmark	2 EL
Tomaten, gehackt	400 g
Gemüsebrühe	600 ml
Kritharaki Nudeln	100 g
Salz	0.25 TL
Pfeffer, schwarz	0.25 TL
Oregano, getrocknet	1 TL
Feta	200 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf

1. Fetasuppe

Schäle die Zwiebel und Knoblauchzehe und schneide sie in feine Würfel. Erhitze das Olivenöl in einem Topf und brate die Würfel darin etwa 2-3 Minuten an. Gib das Tomatenmark dazu und brate es für 1 Minute mit an. Lösche es dann mit den Tomatenstücken aus der Dose und der Gemüsebrühe ab. Würze die Suppe mit Salz, Pfeffer und Oregano und lasse sie aufkochen. Koche sie für 1-2 Minuten und gib dann die Nudeln mit in den Topf. Koche die Nudeln in der Suppe nach Packungsanleitung gar.

Tipp: Spüle die Dose der Tomaten mit der Brühe aus, so bleiben keine Reste darin.

2. Servieren

Zerkümele den Fetakäse grob und gib ihn in die Suppe. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	626 kcal
Kohlenhydrate	69 g
Eiweiß	25 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	29 g