



# VEGETARISCHE TORTILLA-SUPPE

## Inhaltsstoffe

Für 4 Personen

2 EL Pflanzenöl  
1 Packung tiefgefrorene  
Paprika-Zwiebel-Rührbraten-  
Mischung  
2 Knoblauchzehen  
3 Esslöffel gemahlener  
Kreuzkümmel  
1 Dose zerdrückte Tomaten  
3 Dosen grüne Chili-Paprika  
4 Dosen Gemüsebrühe  
Salz und Pfeffer je nach  
Geschmack  
1 Dose Vollkornmais  
350g Tortilla-Chips  
200 g geriebener Cheddar-  
Käse  
1 Avocado

## Schritte

1. Erhitzen Sie das Öl in einem großen Topf bei mittlerer Hitze. Rühren Sie die Paprika-Zwiebel-Mischung, den Knoblauch und den Kreuzkümmel ein und kochen Sie 5 Minuten, bis das Gemüse weich ist. Mischen Sie die Tomaten und die Chilischoten unter. Gießen Sie die Brühe dazu und würzen Sie mit Salz und Pfeffer. Zum Kochen bringen, Hitze auf niedrig reduzieren und 30 Minuten köcheln lassen.
2. Mais in die Suppe rühren und 5 Minuten weiterkochen. In Schüsseln über gleich großen Mengen Tortilla-Chips servieren. Mit Käse und Avocado belegen.