



Wellness-Infoseite.de: Kalte Tomaten-Creme-Suppe erfrischt bei Hitze

Von *PR-Info*

Erstellt am 14 Jun 2012 - 06:45

Sommer, Sonne, Hitze. Im Sommer bleibt die Küche am besten kalt. Wenn es draußen so richtig heiß ist, dann erfrischen kalte Speisen besonders gut. Eine tolle Abkühlung für Leib und Seele bietet dann zum Beispiel eine kalte Tomaten-Creme-Suppe à la Gazpacho, die man mit wenigen Zutaten ratzfatz im Mixer zubereiten kann. Diese Suppe kann man auch als Vorspeise dekorativ in Gläsern abgefüllt seinen Gästen servieren. Besonders bei Grillfesten ist diese Erfrischung sehr beliebt.

Rezept: Kalte Tomaten-Creme-Suppe

150 ml passierte Tomaten (Fertigprodukt) und 50 g Schmand in den Mixer geben. Nach Belieben mit Salz, Pfeffer, Basilikum und Oregano abschmecken und schön cremig mixen. Fertig ist eine Portion kalte Tomaten-Creme-Suppe, die an heißen Sommertagen besonders angenehm erfrischt. Noch ein paar frische (geviertelte) Cocktailtomaten und knusprige Croutons dazu – und man hat eine kleine, sättigende Mahlzeit. Guten Appetit!

Weitere Informationen, kostenlose eBooks und außergewöhnliche Tipps und Rezepte rund um die Themen Gesundheit, Schönheit und Wohlbefinden stellt die Autorin Vanessa Halen auf ihrer Homepage zur Verfügung:

<http://www.wellness-infoseite.de> [1]

In ihrem aktuellen Ratgeber DIE?JUNGMACHER erläutert die Autorin die besten Methoden und Rezepte zur wirksamen Selbstverjüngung:

Die Jungmacher - Aktivieren Sie Ihren inneren Jungbrunnen und drehen Sie Ihre biologische Uhr zurück

Der aktuelle Ratgeber von BoD-Bestseller-Autorin Vanessa Halen

ISBN 978-3-8391-8644-2

100 Seiten – 12,90 Euro

Verlag:

Books on Demand GmbH

In de Tarpen 42

22848 Norderstedt

Telefon: 040-534335-0

Rezensionsexemplar:

<http://www.bod.de/index.php?id=3144> [2]

Kontakt und Presseanfragen:

vanessa.halen@web.de [3]

Vanessa Halen ist Expertin in Sachen Gesundheit, Schönheit und Wellness. Neben ihrem Studium der Kunst- und Heilpädagogik absolvierte sie eine Ausbildung zur Camouflagistin und



besuchte Fachseminare in den Bereichen Kosmetologie und Naturheilkunde. Ihr Fachwissen rundete sie schließlich durch eine Heilpraktiker-Ausbildung ab. Heute arbeitet die Autorin als freie Journalistin und Texterin. Sie hat bereits über 300 Fachartikel sowie mehrere Sachbücher und Ratgeber veröffentlicht. Ihre aktuellen Bücher:

Ein neues Leben (ISBN 3-89811-731-6)

BioAging (ISBN 3-8311-4572-5)

Die neuen Schlank-Pusher (ISBN 3-8334-1473-1)

CyberBeauty (ISBN 3-8334-5295-1)

Die neuen Schönmacher (ISBN 978-3-8370-5406-4)

Die Jungmacher (ISBN 978-3-8391-8644-2)

Gesundheit, Schönheit, Medizin, Ratgeber, Lebenskrise, Sorgen, Anti-Aging, Vitamine, Falten, Haarausfall, Glatze, Wechseljahre, Potenz, Ernährung, Übergewicht, abnehmen, schlank, Diät, Rezepte, Lifting, Cellulite, Altersflecken, Hautstraffung, Zukunft, Hausmittel, Beschwerden, Schönmacher, Schlank-Pusher, BioAging, Jungmacher

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:30): <http://www.medkom24.eu/node/16406>

Links:

[1] <http://www.wellness-infoseite.de>

[2] <http://www.bod.de/index.php?id=3144>

[3] <mailto:vanessa.halen@web.de>