Rezept

Kalte Avocado-Kokoscremesuppe

Ein Rezept von Kalte Avocado-Kokoscremesuppe, am 28.04.2024

Zutaten

2	reife Avocados
2	Schalotten
300 ml	Kokosmilch (aus der Dose)
	Pfeffer
1 Stück	Salatgurke (10 cm)
1 EL	gehackte Kräuter (Petersilie, Koriander)
2	Zitronen
500 ml	kalte Hühnerbrühe
	Salz
	Chilipulver
1	Fleischtomate

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 510 kcal

Zubereitung

1. Die Avocados halbieren, Steine entfernen. Das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen. Die Zitronen auspressen. Schalotten schälen und fein hacken.

2. Avocadofruchtfleisch mit Zitronensaft und Schalotten fein pürieren. Hühnerbrühe und Kokosmilch unterrühren. Die Suppe mit den Gewürzen abschmecken und kühl stellen.

3. Die Gurke waschen, entkernen und mit dem Zestenreißer streifig schälen. Fruchtfleisch in ganz kleine Würfel schneiden. Die Tomate waschen, vierteln, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

4. Avocadocremesuppe vor dem Servieren nochmals kurz durchmixen. Gurken- und Tomatenwürfel sowie die Kräuter in die Suppe streuen. Die Suppe möglichst bald nach der Zubereitung servieren, damit sie ihre schöne grüne Farbe behält.