

Rezept

Gurken-Joghurt-Suppe

Ein Rezept von Gurken-Joghurt-Suppe, am 25.04.2024

Zutaten

2 kleine Salatgurken	1 Knoblauchzehe
300 g griechischer Joghurt	200 g Buttermilch
1 EL Honig	1/2 Bund Dill
1/2 Bio-Limette	Salz
Cayennepfeffer	3-4 EL Olivenöl
100 g Räucherlachs	Kerbelblätter (nach Belieben)

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
| **Pro Portion** Ca. 320 kcal

Zubereitung

1. Die Gurken schälen. 1 Gurke grob raspeln, die andere längs vierteln, entkernen und klein würfeln. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Mit Gurkenraspel, 200 g Joghurt, Buttermilch und Honig in einen Mixer geben und fein pürieren. Die restlichen Gurkenwürfel unterrühren.
2. Den Dill abbrausen und trocken schütteln, die Dillspitzen abzupfen und hacken. Die Limettenhälfte waschen und abtrocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Limettensaft und Dill unter die Suppe rühren. Die Suppe mit Salz, Cayennepfeffer und Limettenschale würzen. Bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.
3. Die eiskalte Suppe in Schalen füllen und mit Olivenöl beträufeln. Den Räucherlachs in Streifen schneiden. Je 1 Klecks von dem restlichen Joghurt auf die Suppe geben. Die Suppe mit Lachsstreifen und nach Belieben mit Kerbelblättern garniert servieren.