Rezept

Kräuter-Gurken-Suppe

Ein Rezept von Kräuter-Gurken-Suppe, am 30.05.2025

Zutaten

2	Mini-Salatgurken
1 TL	Öl
100 g	Bärlauch-Frischkäse (ersatzweise normaler Frischkäse)
	Salz
2 Scheiben	Räucherlachs
2	Schalotten
400 ml	Gemüsebrühe
1 EL	gehackter TK-Dill
1 EL	gehackte TK-Petersilie
	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 275 kcal

Zubereitung

1. Gurken schälen, längs halbieren und mit einem Löffel die Kerne herauskratzen. Eine Hälfte klein würfeln und beiseitestellen, Rest in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Schalotten schälen, fein würfeln.

2. In einem Topf das Öl erhitzen. Schalotten und grobe Gurkenwürfel darin ca. 1 Min. braten. Brühe dazugießen und aufkochen, alles bei geringer Hitze zugedeckt ca. 5 Min. köcheln lassen.

3. Frischkäse zur Suppe geben, mit dem Stabmixer fein pürieren. Kräuter unterrühren, die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Räucherlachs in feine Streifen schneiden und mit den Gurkenwürfelchen auf die Suppe streuen.