

# Lieblingsrezept

## Zutaten

- ✓ 2 Salatgurken, ca. 500 g
- ✓ 2 Knoblauchzehen
- ✓ 1 kl. Zwiebel
- ✓ 1 Avocado, ca. 120 g
- ✓ 250 ml Gemüsebrühe
- ✓ 225 g Joghurt, 10%
- ✓ 2 EL Balsamico Bianco
- ✓ Salz, Rohrohrzucker
- ✓ Schw. Pfeffer, fr. gemahlen
- ✓ Ca. 150 g Paprika, rot
- ✓ 2 Eier, hartgekocht
- ✓ 2-3 EL frische Kräuter, ZB. Schnittlauch + Dill oder Basilikum

## So gelingt das kalte Gurken-Avocado-Süppchen:

Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in Olivenöl glasig dünsten. Gurken schälen (ca. 100g zur Seite legen) und grob würfeln. Das Fruchtfleisch der Avocado mit einem Löffel aus der Schale lösen. Gurkenstücke, Zwiebelmischung, Brühe und Balsamico im Mixer oder Blitzhacker pürieren. Joghurt und Avocado zugeben und nochmals pürieren. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker herzhaft abschmecken und für ca. 1 Std. in den Kühlschrank stellen. – Man kann die Suppe auch noch durch ein Sieb passieren, wenn es besonders fein werden soll. – Die restliche Gurke längs halbieren, entkernen und fein würfeln. Paprika und Eier ebenfalls fein hacken. Alles mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Kräuter unterheben.

Die Suppe auf Teller oder Schalen verteilen und mit dem Gemüsetopping servieren.

