

Kalte Gurken-Senfsuppe



Zutaten (für 4 Portionen):

2 Salatgurken

2 Knoblauchzehen

Salz

frisch gemahlener Pfeffer (weiß)

500 g Joghurt

1/8 Liter Sahne

1 EL Löwensenf Extra

2 EL Löwensenf Medium

1/2 TL Zucker

3 EL gemischte, gehackte Kräuter

Zubereitung:

Gurken schälen, halbieren, Kerne mit einem Löffel herausnehmen und Gurken in Stücke schneiden. Knoblauch abziehen, fein würfeln, unter die Gurken geben und mit Salz und Pfeffer würzen. Joghurt und Sahne hinzufügen, pürieren, und mit Senf, Salz, Pfeffer und Zucker pikant abschmecken. Kräuter unterrühren und ca. 30 Minuten kalt stellen. Nach Wunsch Gurken-Senfsuppe mit gerösteten Pinienkernen, frischen Kräutern und Gurkenscheiben garniert servieren.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Kühlzeit: ca. 30 Minuten

kJ/kcal p. P.: 785/187