



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

kalte Gurkensuppe mit Buttermilch



Einkaufsliste:

Salatgurke, 1 Bio
Buttermilch, 500 ml
Schmand, 200 ml
Dill, 1 Bund
Frühlingszwiebel, 1
Zitrone, 1 Bio
Zucker
Pfeffer
Salz



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) – [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) – [PROTEINFOOD](#)

Kalte Gurkensuppe mit Buttermilch

	 einfach / schnell	 preiswert
 kalt servieren		
 vegetarisch	 TO GO FOOD ARBEIT / UNI	

Vorbereitung:

- Gurke längs halbieren, Kerne entfernen,
- in kleine Stücke schneiden,
- Frühlingszwiebel in kleine Röllchen schneiden,
- Dill klein hacken,
- Zitronenschale abraspeln, Saft auspressen

Zubereitung:

- Gurkenstücke, Buttermilch und Schmand mit dem Zauberstab pürieren,
- Frühlingszwiebel, Dill und Zitronenschale zufügen,
- mit Zucker, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken,
- für ca. 4 Std. in den Kühlschrank stellen, in halbhohen Gläsern eiskalt servieren



SEXYGLASFUTTER.DE

[PARTYFOOD](#) – [FINGERFOOD](#) – [TO GO FOOD](#) - [VEGETARISCH](#) – [VEGAN](#) - [PROTEINFOOD](#)

Tipps:

- Nordseekrabben schmecken ausgezeichnet in der Suppe.
- Die Suppe ist kalorienarm (statt Schmand könnt ihr Joghurt nehmen) und sehr erfrischend. Sie sollte auf keiner Sommerparty fehlen.

Dazu schmeckt

ein trockener Grauburgunder.