

Kulinarische Inspiration des Monats August

Kalte Gurkensuppe

Zutaten für 4 Portionen:

Gurken
250 ml Naturjoghurt
400 ml Sauerrahm
Schnittlauch
etwas rosa Pfeffer

evtl. etwas Chilipulver
Salz, Pfeffer

Zubereitungszeit:
ca. 10 Minuten



Zubereitung:

Die Gurken schälen und kleinschneiden. Mit dem Joghurt mixen und 10 EL Wasser dazugeben. Salzen und eventuell mit etwas Chilipulver abschmecken. Kalt stellen.

Den Sauerrahm mit dem kleingeschnittenen Schnittlauchröllchen verrühren, salzen und pfeffern.

Sobald die Suppe kalt genug ist, mit dem Sauerrahm und einigen rosa Pfefferkörnern garniert servieren.

**Guten Appetit wünschen Ihnen
Sandra, Nicol & die ABC Family
und das BIOKistl Südtirol**