



SEXYGLASFUTTER.DE

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

Avocado Suppe - Glasfood Fingerfood Partyfood



Einkaufsliste Avocadosuppe:

Avocado, 2 reife

Gurke, 1 Bio

Lauchzwiebeln, 3

griech. Joghurt, 10 %, 1 Becher

Buttermilch, 1 Becher

Gemüsefond, - brühe, Bio, 300 ml

Thymian

Pfeffer

Salz



SEXYGLASFUTTER.DE

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

Avocadosuppe

 anregend	 einfach / schnell	 preiswert
 kalt servieren		
 vegetarisch		

Vorbereitung:

- Avocados halbieren, Kern entfernen, Fruchtfleisch auskratzen und klein schneiden
- Gurke schälen, längs halbieren, Kerne mit einem Löffel ausschaben
- klein schneiden
- Lauchzwiebeln in kleine Ringe schneiden
- Zitronenschale klein hacken
- Zitronensaft auspressen
- Thymianblätter abstreifen

Zubereitung:

- Avocado, Gurke, Zitronenschale und Lauchzwiebeln zusammen mit dem Joghurt und ca. 250 ml Buttermilch in einen Topf füllen
- mit dem Zauberstab fein pürieren
- Gemüsefond / -brühe je nach Konsistenz zufügen und mit Zitronensaft, Thymian, Pfeffer und Salz abschmecken



SEXYGLASFUTTER.DE

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

Tipps:

- Eisgekühlt ist die Suppe eine herrliche Erfrischung.
- Die Suppe kann leicht aufgewertet werden: mit frisch gerösteten Kräutercroutons, mit einem Klecks Sauerrahm und Nordseekrabben (Granat), mit mediterranen Tomatenfilets (in der Mitte des Tellers drapiert / siehe Rezept), mit gebratenen Pfifferlingen (ergänzt mit Lauchzwiebeln und Petersilie), mit geröstete Pinienkernen

Dazu schmeckt:

- frisches Baguette und ein kräftiger Grauburgunder