



SEXYGLASFUTTER.DE

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

Gurkensuppe - Glasfood Fingerfood Partyfood



Einkaufsliste Gurkensuppe :

Salatgurke, 1 große
Zucchini, 1 grüne
Gemüsefond bzw. Biogemüsebrühe
Joghurt (griech.), 1 Becher
Buttermilch, 1 Becher
Schmand, 1 Becher
Dill, 1 Bund
Honig
Pfeffer (weiß)
Salz
Nordseekrabben, ca. 200 g
Schalotten, 2
Limone, 1 Bio
Pinienkerne, ca. 50 g
Toastbrot, ca. 4 Scheiben



SEXYGLASFUTTER.DE

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

Gurkensuppe

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

Vorbereitung:

- Gurke und Zucchini schälen und in kleine Stücke schneiden
- Dill klein hacken
- Toastscheiben entrinden, in ca. 1 cm breite Würfel schneiden
- in beschichteter Pfanne mit wenig Olivenöl anrösten

Zubereitung:

- Gemüsefond, Joghurt und Schmand gut verrühren
- Gurken- und Zucchinistücke hinzufügen
- mit dem Zauberstab pürieren
- mit Dill, Honig, Pfeffer, Salz und ggf. Buttermilch abschmecken

Tipps:

- Die Suppe kann leicht aufgewertet werden: Metallring in der Mitte des leeren Suppentellers platzieren, mit Nordseekrabben in „Limonen – Dill – Creme“ (siehe Rezept) füllen, jetzt die kalte Gurkensuppe herum gießen, Metallring entfernen
- Die Suppe mit frischen Croutons oder frisch gerösteten Pinienkernen bestreuen.

Dazu paßt:

- ein trockener Chardonnay.

[siehe auch Expertentipp](#)