Nah&Frisch



QimiQ Nr. 1 Professional

Kalte Gurkensuppe

Suppe Frühling Gemüse Low Carb Sommer

Zubereitung

Gurke schälen, in Stücke schneiden, mit den anderen Zutaten im Mixglas mixen und kalt stellen. Die Suppe gut gekühlt servieren.

Tipp: Als Einlage in die Gurkensuppe schmecken kleine Gurkenwürfel oder klein gehackte Eier besonders gut.

Zutaten

- 1 Salatgurke
- 300 ml klare Gemüsesuppe
- 100 g Magertopfen
- 250 g Natur Joghurt
- 150 g QimiQ
- 1 Knoblauchzehe gehackt
- 1 TL Kotányi Dille
- Salz
- Pfeffer