

## Joghurt-Gurken-Suppe



Für 2 Personen

Kochzeit: 25 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Anfänger

Zu rettende Lebensmittel: Eier, Joghurt, Salatgurke, Schafskäse,

### Zutaten

- 1 Salatgurke
- Salz
- 1-2 Zweige frische Minze
- 250 g Joghurt
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 2-3 EL Olivenöl
- 1 Knoblauchzehe (nach Belieben)
- Pfeffer
- 6-8 Walnusshälften (nach Belieben)
- 50 g Schafskäse (nach Belieben)
- 2 hartgekochte Eier (nach Belieben)

### Arbeitsschritte

1. Die Gurke gründlich waschen und grob raspeln. Die Gurkenraspel kräftig salzen und 10 Minuten Wasser ziehen lassen.

2. Die Minze waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen.
3. Den Joghurt mit Zitronensaft, Senf und Olivenöl in den Mixer (oder einen hohen Mixbecher) geben. Etwa 1/3 der Gurkenraspel ausdrücken und beiseitelegen. Den Rest samt Gurkenwasser und 5-6 Minzblättern dazugeben. Falls verwendet, den Knoblauch schälen, etwas zerkleinern und hinzufügen. Alles im Mixer (oder mit dem Pürierstab) fein aufmixen, dabei so viel eiskaltes Wasser hinzufügen, dass ein cremiges Süppchen entsteht.
4. Die übrigen Gurkenraspel unterrühren und die Suppe mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. In zwei Schalen verteilen und nach Lust und Laune mit Walnussstückchen, Schafskäse und/oder harten Eiern toppen.

Copyright Margit Proebst