



kalte Gurkensuppe

Zutaten

- 1 rote Chilischote, klein, entkernt
- 1 Bund Peterli, abgezupft
- 1 Gurke, entkernt (ca. 350 g), in Stücken
- 500 g Kefir
- 30 g Sonnenblumenöl
- 30 g Zitronensaft
- 1 TL Salz
- 4 Stängel Dill, Deko
- 50 g roher Schinken oder Bündnerfleisch, zerpfückt (optional)

Zubereitung

Chili und Peterli in den Mixtopf geben und **4 Sek./Stufe 8** zerkleinern.

Gurke zugeben und **10 Sek./Stufe 7** pürieren.

Kefir, Öl, Zitronensaft und Salz zugeben, **4 Sek./Stufe 4** verrühren, auf 4 Teller verteilen, mit Schinkenstreifen und Dill garnieren und servieren.