

Gurkensuppe

Zutaten

- 1 Salatgurke
- 1 Stück Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Würfel Gemüsebrühe
- 200g veganer Sahneersatz (*)
- 200g Wasser
- 30g Öl
- 30g Stärke
- getrockneter Dill
- Salz
- Pfeffer



Unsere Rezepte sind zu 100% vegetarisch!
Dieses Rezept ist sogar:



Zubereitung

Das Rezept ist eigentlich für den Thermomix konzipiert. Natürlich kann man die Gurkensuppe auch ganz normal im Topf zubereiten. Wie das geht steht in *(Klammern)*.



Die Knoblauchzehe und das Stück Zwiebel (Größe je nach Geschmack) im TM 5 Sek/Stufe 4 zerkleinern, dann mit 30 g Öl 2 Min./Varoma/Stufe 1 dünsten (*Zutaten zerkleinern und mit dem Öl in einem Topf andünsten*).

Gemüsebrühe, veganen Sahneersatz (oder Sahne), Wasser, in grobe Stücke geschnittene Salatgurke, Stärke, Salz, Pfeffer und getrockneten Dill dazugeben und 5 Sek/Stufe 5 zerkleinern. Anschließend 6min./100 Grad/Stufe 1 kochen (*Zutaten hinzugeben und mit einem Pürierstab zerkleinern, 6min. kochen lassen, ab und zu umrühren*).

Die Suppe danach 1 Minute/Stufe 10 pürieren (*Suppe noch einmal mit dem Pürierstab glatt pürieren*). Zum Servieren etwas getrockneten Dill über die Suppe streuen.

(* Den veganen Sahneersatz kann man natürlich durch ganz normale Sahne ersetzen. Dann ist das Rezept zwar nicht mehr vegan, aber immerhin noch vegetarisch.

Gurkensuppe? Erster Gedanke: Brrr, geht gar nicht! Nach dem ersten Löffel waren aber alle Zweifel wie weg geblasen. Die Suppe ist sehr leicht zu kochen, sieht irgendwie gut aus und schmeckt auch super! In der Zwischenzeit eine unserer meist gekochten Suppen. Unbedingt einmal ausprobieren!