

# Allegra Curtis: Gurken-Suppe mit Joghurt

---

 [happy-mahlzeit.com/koch-shows/alfredissimo/allegra-curtis-gurken-suppe-mit-joghurt/](https://happy-mahlzeit.com/koch-shows/alfredissimo/allegra-curtis-gurken-suppe-mit-joghurt/)

## Zutaten:

- 1 mittelgroße Salatgurke
- 1 Gemüsebrühwürfel
- 1 Becher griechischer Joghurt/Sahne-Joghurt
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Bund frischer Dill
- Saft 1/2 Zitrone
- 1/2 TL Meersalz
- Pfeffer

## Zubereitung:

Die Gurke waschen und mit einem Sparschäler schälen. Dann in kleine Würfel schneiden. In einem Topf den Brühwürfel mit etwas Wasser erhitzen, bis er sich aufgelöst hat. Die Gurkenwürfel zugeben und ohne Fett andünsten, bis die Stücke leicht glasig sind, dabei öfter umrühren.

Den Joghurt mit Salz, Pfeffer, der zerdrückten Knoblauchzehe und dem Zitronensaft verrühren und über die Gurken gießen. Den grob gehackten Dill darüber streuen und servieren.

Wer mag, kann die fertige Suppe noch im Mixer pürieren.

*Rezept: Allegra Curtis*

*Quelle: alfredissimo! 14.2.1997*