Walnuss-Gurken-Gazpacho

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	274 kcal / 1134 kJ		
Eiweiß:	4,5 g	Fett:	25,4 g
Kohlenhydrate:	6,2 g		

Zubereitung:

1. Die Gurken schälen und grob würfeln. Mit Salz bestreuen und ca. 1 Stunde beiseite stellen. Flüssigkeit abschütten.

2. Die Gurken mit den übrigen Zutaten in einer Küchenmaschine zu einer homogenen Suppe pürieren.

3. Zum Servieren die Suppe in kalte Schüsseln geben und mit einigen Tropfen Öl oder etwas Minze garnieren.

Zutaten für 8 Portionen :

4	große Gurken
1/2 Bund	Blattpetersilie
1/2 Bund	Minze
1 Bund	Frühlingszwiebeln
1/2	rote Zwiebel, geschält
120 ml	Olivenöl
120 ml	Weißweinessig
170 g	fettarmer Joghurt
125 g	kalifornische Walnüsse, geröstet
125 g	Eiswürfel
	Salz und frisch gemahlener Pfeffer