

Rezept der Woche



Grüne Gazpacho

Zutaten:

800 g Gurken
400 g Philadelphia Frischkäse
2 TL Salz
2 EL weißer Balsamico-Essig
Dill

Und so wird es gemacht:

- 1 Gurken schälen und grob zerstückeln.
- 2 Mit dem Frischkäse, Salz und dem Essig in ein hohes Gefäß geben und mit einem Pürierstab (oder im Mixer auf hoher Stufe) pürieren.
- 3 Nach Geschmack mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer und/oder mit etwas Basilikumöl abschmecken.
- 4 Mindestens eine Stunde lang kühl stellen.
- 5 Vor dem Servieren fein gehackten Dill unterschlagen.

Besonders toll an warmen Sommertagen!

Dr. Finzels Tipp:

Wußten Sie, dass Dill empfehlenswert bei einer salzfreien Diät ist, da er reich an Mineralsalzen ist?

weitere Rezepte und Infos in meiner App drfinzel