



Kalte Wildkräutersuppe mit Gurke

Zutaten:

1 Handvoll Wildkräuter (Kleiner Wiesenknopf, Melisse, Wilde Möhre, Rotklee, Sauerampfer, Brennnessel, Dost etc.)
 6 Frühlingszwiebeln
 1 Salatgurke
 1 EL mittelscharfer Senf
 400 g Crème Fraîche
 400 g Joghurt
 100 ml Buttermilch
 Ahornsirup
 Zitronensaft
 Wildkräutersalz, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

Wildkräuter waschen, trockenschleudern und grob zerkleinern. Die Salatgurke waschen und in kleine Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.

Wildkräuter, Gurke, Frühlingszwiebeln zusammen mit Senf, Crème Fraîche, Joghurt und Buttermilch im Mixer fein pürieren.

Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Ahornsirup und Zitronensaft abschmecken. Das Ganze fein schaumig aufmixen.

Falls ihr die Suppe etwas flüssiger mögt, gebt einfach noch Buttermilch hinzu.