

Kalte Rhabarbersuppe mit Gurke und Ingwer

VORSEIPE FÜR 4 PERSONEN

600 g Rhabarber, gerüstet gewogen

1 Zwiebel

40 g Ingwer

3 EL Zucker

2 EL Rapsöl

5 dl Gemüsebouillon

1 Gurke à ca. 400 g

Salz, Pfeffer

Rhabarber in 1 cm breite Stücke schneiden. Zwiebel und Ingwer hacken. Alles mit Zucker im Öl ca. 5 Minuten dünsten, bis der Rhabarber weich ist. Bouillon dazugießen. Etwas Gurke beiseitestellen. Restliche Gurke samt Schale in Würfel schneiden. Zum Rhabarber geben und pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. In 4 Gläser füllen und ca. 20 Minuten kühl stellen. Beiseitegestellte Gurke in Würfelchen schneiden. Suppe anrichten und mit Gurkenwürfelchen bestreuen.

ZUBEREITUNG ca. 15 Minuten + ca. 20 Minuten kühl stellen

Pro Person ca. 2 g Eiweiss, 6 g Fett, 18 g Kohlenhydrate, 600 kJ/140 kcal

Rhabarber nur langsam bei geringer Hitze dünsten, um Fruchtsäure abzubauen.

