

Avocado-Apfel-Suppe

Rezept für 4 Personen



Vegetarisch, Glutenfrei

Zubereitung

Zutaten Avocado-Apfel-Suppe

2 Avocados
100 g Salatspinat
½ grüner Apfel (z. B. Granny Smith)
150 g Joghurt natur
3 EL Zitronensaft
4 Minzeblätter
Grün von Frühlingszwiebel
Salz und Pfeffer

Zubereitung Avocado-Apfel-Suppe

Avocados schälen und Kern entfernen. Den Spinat waschen, den Apfel entkernen. Alles ausser dem Grün der Frühlingszwiebel in den Mixer geben und glatt pürieren, eventuell mit Wasser verdünnen. Abschmecken und mit in Ringe geschnittenen Frühlingszwiebelgrün garnieren.