

Kalte Koriandersuppe



Zubereitungszeit

20 Minuten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 190 kcal

Eiweiss: 6 g

Fett: 5 g

Kohlenhydrate: 29 g

Tipps zu diesem Rezept

- Dazu passt Brot.

Zutaten

200 g	Weissbrot vom Vortag
8 dl	Gemüsebouillon, kalt
2 Bund	Koriander
2	Frühlingszwiebeln
1	Knoblauchzehe
0.5	Chilischote
1	Limette
	Salz
	Pfeffer
1 EL	Olivenöl
1	Tomate
einige	Eiswürfel

Zubereitung

1. Die Hälfte des Brots in Würfelchen schneiden und beiseitestellen. Restliches Brot zerzupfen und in Bouillon einweichen.
2. Koriander, Frühlingszwiebeln, Knoblauch und Chili hacken. Limette auspressen. Saft mit den gehackten Gewürzen zum eingeweichten Brot geben. Mit einem Mixstab pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und kühl stellen.
3. Beiseitegestellte Brotwürfelchen im Öl knusprig braten. Tomate entkernen, in Würfelchen schneiden. Suppe mit Eiswürfeln anrichten. Tomaten und Brotwürfelchen zur Suppe servieren.