

Avocado-Gazpacho mit Joghurt und Basilikum

Zutaten für 4 Portionen

3 Stck. reife Avocados	100 g griechischer Joghurt
1 Stck. Salatgurke	1 Schale Kresse zum garnieren
1 Stck. grüne Paprika	4 Stck. Radieschen
1 Stck. Knoblauchzehe ohne Keim	Salz, Pfeffer aus der Mühle oder Meersalz
100 g Babyspinat küchenfertig	
1 Bund Basilikum	
1 rote Chili (oder Chilimühle)	
3 EL Weinessig	
50 ml Olivenöl	
50 ml Sonnenblumenöl	

- 1 Gurken waschen, Enden abschneiden und in grobe Stücke schneiden. Knoblauch abziehen, halbieren und Keim entfernen. Paprika waschen, vierteln, Kerngehäuse und Stiel entfernen. Spinat kontrollieren, Basilikumblätter abzupfen, Chili der Länge nach halbieren und je nach gewünschter Schärfe die Kerne entfernen. Avocados halbieren, Kerne entfernen und das Fruchtfleisch auskratzen.
- 2 Alle Zutaten zusammen mit bis zu 250 ml Wasser, je nach gewünschter Konsistenz pürieren. Essig, Öle und Joghurt untermischen und das Ganze mit Pfeffer, Salz und evtl. Chili aus der Mühle abschmecken.
- 3 Die Avocado-Gazpacho in Gläser oder Suppenbowl füllen und mit Kresse und Radieschen ausgarnieren.

©by Alexander Schütz