

## Kalte Gurken- Dill-Creme-Suppe

|        |                        |
|--------|------------------------|
| 300 ml | Wasser                 |
| 1      | Salatgurke             |
| 1      | Avocado                |
| 1      | Orange                 |
| ½      | Zitrone                |
| 1cm    | Ingwer                 |
| 1      | Handvoll junger Spinat |
| 1      | Handvoll Rucola        |
| 1      | Handvoll Dill          |
| 1 EL   | Olivenöl               |

Alles gut Mixen. Ein Smoothie der auch als Suppe für Geste durchgeht. Mit Basilikumblätter und Blumen wie Wiesenschaumkraut oder Gänseblümchen dekorieren