

Gazpacho mit Wassermelone



Hochsommer – da brauche ich nicht unbedingt warme Mahlzeiten. Bei großer Hitze tut eine erfrischende kalte Suppe auch mal gut.

Deshalb gibt es heute mal eine Gazpacho, die Spanier wissen schon, was sie tun.

Die Suppe ist so schnell zusammengemixt, das zählt kaum als „Kochen“, und lässt sich wunderbar vorbereiten, falls der Hunger oder Gäste kommen. Muss man nicht mal aufwärmen, nur in

den Kühli stellen.

Weil ich mich im Sommer quasi von Melone ernähren könnte und [Billy](#) die allerbeste Wassermelone hat, habe ich die Suppe um eine fruchtige Note ergänzt, was richtig gut passt.

Die Verhältnisse der Gemüse könnt ihr auch etwas variieren, ganz wie ihr es mögt und je nachdem, was ihr gerade da habt.

Eine Prise Chili rundet das ganze pikant ab, aber wenn ihr es nicht arg scharf mögt, würde ich wirklich mit einer Prise Flocken oder einigen Scheibchen anfangen und mich rantasten, denn durchs Pürieren im Hochleistungsmixer entfaltet sie ihre volle Power.



Für 2 Personen:

ca. 200 g Gurke, geschält

ca. 150 g Paprika, geschält, Gehäuse entfernt

ca. 250 g Tomaten, gehäutet
ca. 200 g Wassermelone, ohne Kerne
1 kleine Knoblauchzehe
1 Prise Chiliflocken (oder etwas frische Chili)
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
Zum Garnieren:

1 Handvoll fein gewürfelte Gurke
1 Handvoll fein gewürfelte Wassermelone
Chiliflocken oder essbare Blüten zum Bestreuen (nach Belieben)

Anmerkung: Ich schäle Paprikas immer mit dem Sparschäler, so gut das eben geht, denn ich finde, Paprikaschale ist recht schwer verdaulich. Die Tomaten habe ich kreuzweise eingeritzt und kurz in kochendes Wasser getaucht, dann lässt sich die Haut ganz leicht abziehen.

(Knoblauchfans nehmen 1 große Zehe oder auch 2.)

Alle Zutaten in den Mixer geben, fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken.

Noch einmal kurz mixen. Bis zum Genießen im Kühlschrank aufbewahren.

Zum Servieren fein gewürfelte Gurke und Wassermelone darübergerben und nach Belieben mit Chiliflocken oder Blüten bestreuen.

Viel Freude beim Nachmachen und genussvollen Schlürfen!
Erfrischender geht es nicht!

Ich wünsche euch unbeschwerte Sommertage, macht es euch schön!

Eure Judith

Koch mein Rezept: Würzige Erbsen-Apfel-Gazpacho mit Sauerrahm



Kurz vor knapp hatte ich endlich die Ruhe und Zeit, mich im Rahmen von „[Koch´ mein Rezept](#)“ bei Bloggerkollegin Susanne von [Magentratzerl](#) umzuschauen und mir ein Rezept auszusuchen, das ich nachkoche.

Und was hatte ich da alles zur Auswahl! Bei Magentratzerl wird definitiv gern gekocht und gegessen und im Blogarchiv konnte

ich mich gar nicht sattstöbern, denn da gibt es so unfassbar viele Rezepte! Viele auch noch regelrecht exotisch, mit Namen oder Zutaten, die ich noch nicht kannte, weshalb ich wirklich viele Rezepte angeschaut habe und ganz fasziniert war.

Man merkt Susanne die Neugier für fremde Gerichte und Zutaten an und dass sie gerne Neues ausprobiert. Ihr Blogname ist dagegen ganz bayrisch-bodenständig: Magentratzerl bedeutet soviel wie „Gaumenkitzler“ und da ich sowohl den bayrischen Dialekt als auch das Land sehr mag, hat mich die Auslösung doppelt gefreut.

Sehr sympathisch fand ich auch ihre Aussage: „Wenn ich nach Rezepten anderer koche, gebe ich natürlich die Quelle an. Das heißt aber nicht, dass ich mich an das Rezept auch gehalten habe – in der Regel sind Rezepte eher Inspirationsquellen als genaue Gebrauchsanleitungen für mich.“ Das könnte ich geschrieben haben! Deshalb habe ich mich natürlich auch beim Nachkochen nicht so genau an ihr Rezept gehalten. :D



Da Susanne nicht so viel backt und ja auch noch Sommerwetter war, entschied ich mich für eine außergewöhnliche, und zwar einer [kalten, gazpacho-artigen, Suppe nach Tanja Grandits](#). Auf die Kombi aus Erbsen und Apfel war ich zu neugierig und zudem ist die Suppe irre schnell fertig und perfekt, um sie für ein Sommeressen vorzubereiten, denn sie muss ja eh noch ein bisschen kühlen.

Eigentlich gibt es dazu noch eine Sauerrahm-Basilikum-Mousse, aber das war mir zuviel Aufwand und außerdem mag ich Gelatine nicht so und habe noch nie damit gearbeitet. Bei mir gab es also nur Sauerrahm obendrauf. Den Koriander in der Suppe habe ich weggelassen, den mag ich gar nicht. Falls ihr ihn verwenden wollt: es kommen 15 g hinein.

Ich machte erstmal die halbe Menge, aber euch gebe ich hier mal die originale Menge für 4 Personen. Die Gewürze schmeckt man deutlich, wer also kein großer Gewürzfan ist, nimmt vielleicht lieber die Hälfte der angegebenen Menge. Und uns war die Suppe tatsächlich etwas zu süß, nächstes Mal würde ich mehr als die Hälfte des Apfelsafts durch leichte Gemüsebrühe ersetzen.

Für 4 Personen:

800 Erbsen (TK)

80 ml Olivenöl

Saft von 1 Zitrone

500 ml Apfelsaft

1 TL Kreuzkümmel

$\frac{1}{2}$ TL Fenchelsamen

$\frac{1}{4}$ TL Anis

Samen aus 2 Kapseln Kardamom

1 Prise Chiliflocken

Garnitur:

1 saurer Apfel
200 g Erbsen
100 g Sauerrahm
Minze (nach Belieben)
essbare Dekoblüten

Die Erbsen blanchieren (die Erbsen für die Einlage noch ein klein wenig weiterkochen).

Mit allen anderen Zutaten in einen Hochleistungs-Mixer geben und fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und kühl stellen.

Für die Einlage aus dem Apfel kleine Kugeln ausstechen oder das Fruchtfleisch in Würfelchen oder Stifte schneiden.

Die Suppe auf Schalen verteilen, Sauerrahm-Kleckse hineingeben und mit einem Stäbchen hindurchziehen. Dann die bissfesten Erbsen und die Apfelstücke hineinlegen und nach Belieben mit Minze und Dekoblüten garnieren.



Leider scheint ja diese Woche der Herbst richtig Einzug zu halten, aber ich hoffe, der Wetterbericht dramatisiert wie gewohnt und die Sonne kommt soweit durch, dass ihr beim Lesen eines kalten Suppenrezepts keine Gänsehaut bekommt.

Erstmal wünsche ich euch eine genussvolle Woche und grüße euch aus dem Urlaub – in Bayern. :)

Alles Liebe,

eure Judith