



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Kochrezepte

## Joghurt-Honigmelonen Suppe

Yoğurtlu Balkabağı Çorbası



- 1 Scheibe Honigmelone (500 g)
- 1 Lauch
- 1 Zwiebel
- 1 grosse Sellerie
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Glas Joghurt
- 6 Gläser Wasser oder Fleischbrühe
- 1 Kaffeetasse Sonnenblumenöl
- 2 KL Salz
- ½ KL geschrotete Paprika

- # Zum Vorbereiten Kürbis und Sellerie schälen und in grosse Stücke zuschneiden.
- # Lauch schälen und in ein paar Stücke schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- # In einem Topf Sonnenblumenöl bei mittlerer Hitze erhitzen, dann Zwiebel und Knoblauch weich braten.
- # Lauch, Kürbis und Sellerie hinzugeben und einige Male umrühren anschliessend 4 Gläser Wasser oder Fleischbrühe einfüllen.
- # Alle Gemüsezutaten mit geschlossenem Deckel und bei niedriger Hitze mindestens ½ halbe Stunde kochen.
- # Das weichgekochte Gemüse mit dem Mixer pürieren. Die Mischung aus 2 Gläser Wasser oder Fleischbrühe und Joghurt auf einmal in die Suppe hineinfüllen und schnell vermischen.
- # In die Suppe wird als letztes Salz eingestreut, und einmal aufkochen lassen, heiss in tiefe Teller füllen und mit geschroteten Paprika bestreuen.

**Tipp:** Durch den süssen Geschmack des Kürbis könnte die Salzmenge zu wenig sein.