

# Kall gurk- & avokadosoppa med Gremolata

Total tid **12 Min.** 12 Min. Tid för förberedelse

Näringsinnehåll (per portion):  
**2143 kJ / 512 kcal**

Fett: **40 g** Protein: **13 g**  
Kolhydrater: **23 g**

## INGREDIENSE

### R

**2 Portioner**

**500 g** kefir  
**1** avokado  
**1** lång gurka  
**1** vårlök  
**1 knippe** gräslök  
**1 knippe** persilja  
**1 knippe** basilika  
**2 msk** limejuice  
**2 msk** Kikkoman Ponzu - en  
Blandning av Sojasås,  
ättika och citron  
**4 msk** olivolja  
**Gremolata:**  
**1 knippe** persilja  
**2** vitlöksklyftor  
**1 msk** olivolja  
**1 msk** rivet citronskal  
**0,5 tsk** peppar  
**Dessutom:**  
Några skivor rödlök till  
servering

## FÖRBEREDELSE

### Steg 1

Finhacka vitlök och persilja till gremolatan.

### Steg 2

Blanda dem med olivolja, citronskal och peppar.  
Ställ in i kylan.

### Steg 3

Skär de tvättade grönsakerna i mindre bitar. Hacka örterna.

### Steg 4

Blanda örter, grönsaker och olivolja med kefir.

### Steg 5

Smaksätt med Kikkoman Ponzu Citronsås och limejuice.

### Steg 6

Servera med tunt skivad rödlök och gremolata.