

### Kalte Melonensuppe

Für 4 Portionen als Vorspeise in einem Menü:

Netzmelone (Galiamelone)  
1 walnussgroßes Stück frischer Ingwer  
Saft einer halben Limone  
1 TL Zucker  
1 Prise Salz  
150 g Joghurt



### Zubereitung :

Für die Kalte Melonensuppe wird die Melone halbiert, die Kerne mit einem Teelöffel herausgekratzt und entfernt. Dann mit einem großen Löffel oder einem Melonenschaber das Fruchtfleisch heraus geschnitten und in den Mixer gegeben. Zusammen mit dem Saft einer halben Limone wird das Melonenfruchtfleisch nun püriert. Dann wird die geschälte Ingwerwurzel direkt dazu gerieben. Bitte fein reiben, denn der Mixer zerkleinert den Ingwer nicht mehr. Den Zucker zugeben und mit Salz abschmecken. Nochmals gut durchmischen und dann kommt die Kalte Melonensuppe in den Kühlschrank. Die Schälchen zum Servieren am Besten gleich mit in den Kühlschrank stellen! Nach etwa 30 Minuten sollte die Melonensuppe kalt genug sein.

Nun den Joghurt glatt rühren und unter die Melonensuppe rühren.

Mit Minzeblättchen oder Blättchen von der Zitronenmelisse garnieren. Ganz toll eignen sich auch Colada-Blättchen.

### Tipp vom Kochbär zur Kalten Melonensuppe:

Anstatt der Netzmelone kann auch eine Cantaloupe-Melone (Charentaismelone) oder eine Zuckermelone verwendet werden. Wassermelonen eignen sich nicht. Wichtig ist, dass die Melone gut ausgereift ist. Das erkennt man am Duft und wenn man an dem Ende, an dem mal die Blüte war, leicht drückt und die Stelle etwas nachgibt.

Die Suppe schmeckt auch ohne Joghurt lecker. Geben Sie nur einen gehäuften Teelöffel auf die Suppe und stellen den Joghurt daneben.