



Tarator: Bulgaarse koude komkommersoep

Een verfrissende koude soep van yoghurt en komkommer met knoflook, dille en walnoten. Perfect voor warme zomerdagen.

VOORBEREIDING	PORTIES	CATEGORIE
15'	4	Soep

Ingrediënten

- 500 gr Griekse yoghurt
- 1 komkommer (ca. 300 gr)
- 2 teentjes knoflook
- 40 gr walnoten, grof gehakt
- 2 el olijfolie, plus extra om te besprenkelen
- 1 handvol verse dille, fijngehakt, plus extra ter garnering

150-200 ml koud water

zout naar smaak

Bereidingswijze

1. Schil de komkommer, halveer ze in de lengte en verwijder de zaadjes met een lepel. Snijd het vruchtvlees in zeer kleine blokjes.
2. Pers de knoflook.
3. Klop de yoghurt in een ruime kom glad met een garde.
4. Roer de komkommerblokjes, de geperste knoflook en de gehakte dille door de yoghurt en meng alles goed.
5. Voeg beetje bij beetje het koude water toe en roer telkens goed, tot de soep schenkbaar is maar niet te dun. 150 ml is een goed vertrekpunt.
6. Voeg 2 el olijfolie toe en breng op smaak met zout.
7. Dek de kom af en zet de soep minstens 1 uur in de koelkast zodat de smaken kunnen samenkomen.
8. Schep de soep in gekoelde kommen en werk af met de gehakte walnoten, een scheutje olijfolie en wat extra verse dille.

Tip

Gebruik volle Griekse yoghurt voor de romigste textuur. Hoe langer de soep in de koelkast staat, hoe intenser de smaak van knoflook en dille wordt. Maak ze gerust een halve dag op voorhand.

Lekker met

Knapperig vers brood of warm pitabrood.

Dranktip

Een glas ijskoud bronwater met munt, of een lichte droge rosé.