

# Kaltschale von jungen Erbsen mit Minze und Feta

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Kaltschale von jungen Erbsen, geht das zusammen? Sie werden überrascht sein!

## Zutaten

- 200 g junge Erbsen, ersatzweise junge TK Erbsen
- 600 ml Geflügel - ersatzweise Gemüsebrühe
- 1 mittelgroße Zwiebel, gewürfelt
- 1 Tl Traubenkernöl
- ½ säuerlicher Apfel entkernt, mit Schale, in kleinen Würfeln
- 2 El gehackte Petersilie
- 1 Zweig frische Minze, gezupft
- Abrieb 1 Zitrone
- 1 El Zitronensaft
- 100 g Feta Käse, klein gewürfelt
- 1/2 grüne Gurke, geschält, entkernt, in groben Würfeln
- Etwas Traubenkernöl zum Anrichten
- Salz, Pfeffer, aus der Mühle, ev. 1 kleine Prise Zucker

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Zwiebeln farblos anschwitzen und die Erbsen dazu geben. Mit der der Brühe aufgießen, 3 - 4 min. köcheln lassen.

### Schritt2

### **Schritt3**

Die groben Gurkenstücke, die Minze und Petersilie und den Erbsenansatz mit dem Stabmixer fein pürieren, salzen, pfeffern kalt stellen, gut durchkühlen lassen.

### **Schritt4**

In der Zwischenzeit die Apfelwürfel mit dem Zitronensaft, dem Abrieb, Pflanzenöl und Feta - Würfelchen mischen.

### **Schritt5**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt6**

Die gut durchgekühlte Kaltschale in gut gekühlten Suppentassen oder Gläsern anrichten, etwas frischen Pfeffer darüber reiben, etwas Traubenkernöl darüber tröpfeln.

### **Schritt7**

Obenauf einen Strich Traubenkernöl i und die Feta - Apfelmischung geben.

**Rezeptart:** Kalte Suppen **Tags:** feta, minze

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/kaltschale-von-jungen-erbsen-mit-minze-und-feta/>