

## Okroschka - Russische Sommersuppe aus dem Thermomix



© Okroschka - Russische Sommersuppe - Anna Matershev

🕒 20 min

👨‍🍳 leicht

👤 4-6 Personen



Thermitwins

Anna und Lena sind zweieiige Zwillinge, die vor 31 Jahren in einer russischen Kleinstadt in der Nähe von Moskau geboren wurden, aber mittlerweile glücklich im Schwabenländle leben. Ihre gemeinsame Leidenschaft: Mixen! Die beiden betreiben den Blog sowie den Youtube-Kanal "["Thermitwins"](#)" und haben sogar schon ein Buch veröffentlicht: „Russisch kochen mit dem Thermomix®“ (hier bestellbar bei [Amazon\\*](#)).

„Alle denken bei russischer Küche nur an Borschtsch und Wodka, dabei sind die Gerichte sehr abwechslungsreich und die Deutschen mögen sie sehr“, sagt Anna. Ihr aktuelles Lieblingsrezept „Okroschka“, eine kalte Sommersuppe, haben die Zwillingsschwestern speziell für euch verfeinert.

## Zutaten-Einkaufsliste

- |                          |                  |   |
|--------------------------|------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | <b>400 g</b>     | festkochende Kartoffeln                 |
| <input type="checkbox"/> | <b>700 g</b>     | Wasser                                  |
| <input type="checkbox"/> | <b>6</b>         | Eier                                    |
| <input type="checkbox"/> | <b>1</b>         | Bund Schnittlauch, geschnitten          |
| <input type="checkbox"/> | <b>1</b>         | Bund Dill, geschnitten                  |
| <input type="checkbox"/> | <b>1 1/2 TL</b>  | Salz                                    |
| <input type="checkbox"/> | <b>1</b>         | Bund Radieschen                         |
| <input type="checkbox"/> | <b>1/2</b>       | Salatgurke in Stücken                   |
| <input type="checkbox"/> | <b>400 g</b>     | Schmand                                 |
| <input type="checkbox"/> | <b>1,5 Liter</b> | Kaltes Mineralwasser mit Kohlensäure    |
| <input type="checkbox"/> | <b>300 g</b>     | Geflügelfleischwurst in kleinen Stücken |
| <input type="checkbox"/> |                  | Saft 1 Zitrone oder 1-2 EL Essig        |

## Zubereitung

Zubereitung:

1. Kartoffeln schälen, in kleine Würfel schneiden, auf dem Einlegeboden verteilen. Wasser in den Mixtopf geben, den Gareinsatz einhängen, Eier in den Gareinsatz geben, Varomabehälter samt Einlegeboden aufsetzen und 17 Min./ Varoma/Stufe 1 garen.
2. Gareinsatz mit dem Spatel entnehmen, Eier unter fließend kaltem Wasser abschrecken. Kartoffeln noch weitere 8 Min./Varoma/Stufe 1 garen, anschließend abkühlen lassen. Mixtopf spülen und gut abtrocknen.
3. Schnittlauch und Dill grob zerschneiden, zusammen mit **1 TL** Salz in den Mixtopf geben, 3 Sek./Stufe 8 zerkleinern, dann in eine große Salatschüssel umfüllen.
4. Radieschen und Gurke waschen und putzen. Radieschen (unbedingt als erstes!) und Gurke in Stücken in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 4 zerkleinern und in die Salatschüssel zugeben.
5. Abgekühlte Eier in Würfel schneiden. Geflügelfleischwurst klein würfeln. Zusammen mit Kartoffeln, Schmand und Mineralwasser in die Salatschüssel zugeben. Okroschka mit Zitronensaft und Salz abschmecken (sie muss säuerlich schmecken!) und für ca. 1 Stunde kalt stellen.

## Nährwertangaben

Kalorien pro Portion (bei 4 Portionen): ca. 605 kcal, 24 g E, 46 g F, 24 g KH

---

\* Hinweis: Wir setzen in unseren Beiträgen neben redaktionellen Links auch Shop-Links zu Produkten, die zur Umsetzung unserer Rezepte oder Tipps benötigt werden. Diese Links - die wir gesondert mit dem Sternchen-Symbol ausweisen - dienen der schnelleren Auffindbarkeit der Produkte. Wenn jemand auf einen solchen Link im Beitrag klickt - und das Produkt in dem Online-Shop tatsächlich kauft, bekommen wir anschließend in manchen Fällen eine Provision übermittelt. Für euch bleibt der Preis für die Produkte jedoch immer gleich. Unsere redaktionelle Berichterstattung ist grundsätzlich unabhängig vom Bestehen oder der Höhe einer Provision.