

# Was tun bei dieser Affenhitze?

**Beitrag von „Tina34“ vom 19. Juli 2006 14:54**

Hallo,

zum Essen: Radieschenbrot, Tomatensalat mit Butterbrot und Balkanesische Joghurtsuppe von Barbara Rütting:

- eine Gurke grob reiben
- ein bis mehrere Knoblauchzehen pressen
- 3 Becher Kefir
- etwas Obstessig
- 2 EL Öl
- Kräutersalz, Pfeffer
- je eine Handvoll frischer Dill, Petersilie, Kresse

Alles vermischen und dahinein eine gute Portion Weintrauben.

Schmeckt super!

LG

Tina