

Gazpacho

... die Mineralstoffhaushaltssuppe, die den Durst löscht



KALTE SUPPE



ZUBEREITUNGSZEIT

Vorbereitung: 10 Minuten
Kühlzeit: min. 4 Stunden



FÜR 6 PERSONEN

Zutaten

- 1 kg. reife Roma-Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 50 gr. grüne Paprika
- 40 gr. Zwiebel
- 70 gr. Gurke
- 20 gr. Essig (sehr lecker mit Tomatenessig von Gölles)
- 1 gestrichener TL Salz
- 70 gr. Olivenöl (das Gute kaltgepresste)
- 8 Eiswürfel
- Evtl. 200gr. eiskaltes Wasser
- Eine Handvoll von allem Gemüse gemischt sehr klein gewürfelt
- Eine Handvoll Croutons (am Besten selbst gemacht)

Zubereitung

Alles Gemüse in groben Stücken in den Blender geben und so fein wie möglich pürieren. Essig und Salz dazugeben und noch einmal aufschlagen. Unter Rühren das Olivenöl hinzugeben und am Ende zusammen mit den Eiswürfeln blenden. Sollte die Suppe zu dick sein mit etwas eiskaltem Wasser auffüllen. Anschließend noch so lange wie möglich im Kühlschrank durchkühlen lassen.

Tipp

Zum Trinken zwischendurch muss man nichts weiter machen.

Als Vorspeise serviert man die Suppe mit etwas von dem fein-gewürfelten Gemüsen und ein paar Croutons obendrauf.

Für den besonderen Anlass kann man auch noch einen gebratenen Scampispieß zur Suppe reichen.

¡Qué aproveche!

