

GAZPACHO ANDALUZ



XXXLecker

ZUTATEN (für 4 Portionen)

FÜR DIE GAZPACHO

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Salatgurke
- 1 gelbe Paprikaschote
- 1 rote Paprikaschote
- 1 kleine rote Zwiebel
- ½ kleine Chilischote
- 600 g Tomaten
- 2 Scheiben Toastbrot
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 1–2 EL Weißweinessig
- 2 TL Salz

- 2 Prisen Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Zucker

FÜR DIE CROUTONS

- 4 Scheiben Toastbrot
- ½ Knoblauchzehe
- 2 EL Butter
- ¼ TL Salz

AUSSERDEM

- 1 kleiner Bund Rosmarin

NÄHRWERTE

PRO 100 GRAMM

- 69 kcal
- 2 g Eiweiß
- 3 g Fett
- 10 g Kohlenhydrate

**Zeitaufwand: 45 Minuten
zzgl. 1 Stunde Kühlzeit**

ZUBEREITUNG

1. Für die Gazpacho die 2 Knoblauchzehen pellen. Die Salatgurke waschen, halbieren, entkernen, ¼ davon fein würfeln und beiseite stellen.
2. Die beiden Paprikaschoten waschen, entkernen, jeweils ¼ davon in feine Würfel schneiden und beiseite stellen.
3. Zwiebel pellen und grob würfeln, die Chilischote entkernen. Die Tomaten waschen, halbieren und ebenfalls in das Gefäß geben.
4. Die Toastbrotsscheiben entrinden und in Würfel schneiden.
5. Nun das vorbereitete Gemüse (außer das beiseite gestellte) in ein ausreichend großes Gefäß füllen.
6. Öl, Tomatenmark, 1 handvoll Toastbrotwürfel, Pfeffer, 2 TL Salz, Zucker und Weißweinessig zugeben und alles mit dem Pürierstab fein mixen. Eventuell noch einmal nachwürzen und für mindestens eine Stunde in den Kühlschrank stellen und ziehen lassen.
7. Für die Croûtons die halbe Knoblauchzehe pellen und fein würfeln. Eine Pfanne erhitzen, die Butter darin schmelzen, restliche Toastbrotwürfel, Knoblauch und ¼ Salz zugeben und unter ständiger Bewegung goldbraun rösten.
8. Die gut durchgezogene Gazpacho in Schüsseln anrichten, mit dem fein gewürfelten Gemüse, den Knoblauch-Croûtons und dem Rosmarin verfeinern und servieren.



REISER RÄT

Probieren Sie auch einmal marinierte Hähnchen- oder Garnelenspieße zur Gazpacho. Da sie eine kalte Suppe ist, können Sie sie bestens zum Picknick oder zum Ausflug mitnehmen. Hierfür eignen sich kleine Weckgläser zum Transport besonders gut.

