

Gazpacho andalusischer Art

(4 Pers., 20 Min.)



Zutaten:

- 1 kg reife Tomaten
- 60 g Peperoni (grün)
- 20 g Gurke
- 80 g Zwiebeln
- 100 g Brot
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Essig (hell)
- 3 EL Olivenöl
- 1 TL Salz
- 2 Stiele frische Minze

Anleitung:

1. Die Zwiebel wird geschält und in feine Stücke geschnitten. Den Knoblauch schälen und grob hacken. Ihn ausserdem pressen oder reiben.
2. Die Tomaten waschen, das Kerngehäuse entfernen und würfeln.
3. Die Peperoni waschen, Strunk und Kerne entfernen und danach in Stücke schneiden.
4. Die Gurke waschen, schälen und in Würfel schneiden.
5. Das Brot in Würfel schneiden, die Hälfte davon in einen grossen Topf geben. Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten, Gurken und Peperoni hinzugeben und kurz vermischen.
6. Den Inhalt des Topfes mit einem Stabmixer pürieren, bis alles fein ist. Salz, Essig und Öl hinzufügen. Die Suppe noch einmal kurz umrühren, bis schliesslich alles vermengt ist und mit Salz und Essig abschmecken.
7. Die Suppe für mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank stellen, bis sie kühl ist.
8. Kurz vor dem Servieren die Minze waschen und die Blätter abzupfen.
9. Die Suppe wird in Schalen gefüllt und mit den Minzblättern und den restlichen Brotwürfeln garniert serviert.

Tipp:

Die Suppe unbedingt länger als 2 Stunden im Kühlschrank lassen, damit sie so richtig fein schmeckt. :-)

Quelle:

Rezept aus dem Kochbuch von Jessica Kaiser: Mediterranes Kochbuch für eine gesunde Ernährung. 120 einfache & schnelle Rezepte der mediterranen Küche. Mit der Mittelmeerdät gesund ernähren und abnehmen.