



Cuisine et
dépendances

Pseudo gaspacho



32°C sur Toulouse cet après-midi, cela ne donne pas vraiment envie d'ouvrir son four.... Rien de mieux pour se rafraîchir qu'un bon gaspacho. Le gaspacho (gazpacho en espagnol) est une soupe froide, très répandue en Andalousie. N'ayant ni tomate fraîche ni pain, c'est un gaspacho approximatif que j'ai concocté. Si ce n'est pas le meilleur que j'ai goûté, il reste très bon et surtout rapide à réaliser.

Cela permet aussi de finir les restes de légumes avant d'aller me ravitailler au marché dimanche.

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 1 concombre long
- 1 poivron rouge
- 1 conserve de tomates pelées (400g)
- 1 oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre
- herbes fraîches : persil, basilic

Préparation :

Peler l'oignon et le concombre. Enlever les graines du poivron.
Couper tous les légumes en cubes réguliers.

Placer les dés de légumes dans le bol du mixeur et mettre en marche.
Ajouter l'huile d'olive, le sel et le poivre.

On peut ajouter éventuellement un peu d'eau la préparation est trop épaisse selon la consistance que l'on veut obtenir.

Réserver au minimum 1 heure au réfrigérateur. Servir bien frais, éventuellement agrémenté de dés de légumes ou de feuilles de basilic.

Le 13 Juin 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/06/13/index.html>