

Gazpacho

Du suchst nach einer leichten Suppe? Dann entscheide dich für Gazpacho! Erfrischend, samtig und fruchtig, kühlt die kalte Tomatensuppe nicht nur deinen Gaumen, sondern verwöhnt dich auch mit intensiven Aromen. Während die Gazpacho in ihrem Heimatland als wahrer Klassiker gilt, sieht man die spanische Tomatensuppe hierzulande noch verhältnismäßig selten. Sei Teil unserer kleinen Suppen-Revolution und tisch deinen Gästen diese Köstlichkeit auf.



Gazpacho | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (4 Portionen): 1 Kilogramm reife, süße Tomaten | 100 Gramm trockenes Weißbrot | 1 Gurke | 1 grüne Paprika | 1 rote Zwiebel | 1 Knoblauchzehe | 100 Milliliter hochwertiges Olivenöl | 1 Esslöffel Kirsch- oder Rotweinessig | 1 Teelöffel weißer Pfeffer | Salz



Gazpacho | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (15 Minuten): 1. Tomaten und Paprika waschen, vierteln und die Kerngehäuse mit den Samen entfernen, sodass nur das Fruchtfleisch übrig bleibt. 2. Gurke schälen, vierteln und auch hier das Kerngehäuse entfernen. 3. Zwiebel und Knoblauch schälen und grob hacken. 4. Das Gemüse mit dem Olivenöl, dem in Stücke geschnittenen Weißbrot und dem Essig fein pürieren. 5. Mit Zucker, Pfeffer sowie Salz abschmecken und vor dem Servieren kalt stellen.

Hierzu passen hervorragend: [Röstbrot](#) und [Spargel-Sticks](#)! Jetzt noch mehr [Spanische Rezepte](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 350 Kalorien | 24,1 Gramm Fett | 26,6 Gramm Kohlenhydrate | 6,2 Gramm Eiweiß