

Gazpacho especial



Ingredientes para 2 personas

- 500 gramos de Tomate
- 200 gramos de Pimiento rojo
- 2 cucharadas de Vinagre de sidra
- 7 gramos de Sal
- 100 mililitros de Agua
- 4 cacitos de espesante comercial (un cacito son 4,5 gr)
- 4 cucharadas de Aceite de oliva

Preparación

- 1) Triturar todos los ingrediente menos el espesante, hasta conseguir un gazpacho fino.
- 2) Colarlo por un colador chino.
- 3) Al gazpacho resultante, añadir 4 cacitos de espesante, y seguir triturando. Servir frío.

Valor nutricional (por ración)

Valor energético: 268,13 Kcal.; Proteínas: 3,18 g; Hidratos de carbono: 20,43 g; Grasas: 18,74 g.

Comentario

Es un primer plato que nos da un buen aporte de vitaminas.

Con esta receta podríamos conseguir las texturas, néctar miel y pudín jugando con la cantidad de espesante.

De la misma manera podemos utilizar otras cremas que hay en el mercado como, vichyssoise....