



Гаспачо



Что есть в жару? Гаспачо - холодный томатный суп.

Гаспачо — суп из перетертых в пюре сырых овощей. Подается охлажденным с гренками или крутонами.

Из данного количества ингредиентов получается 3 — 4 порции супа.



Ингредиенты:

Помидоры	1 кг.
Болгарский перец	1 шт.
Огурец	2 шт.
Красный лук	1 шт.
Чеснок	2 зубчика
Петрушка	1 пучок
Бasilik	2 листика
Оливковое масло	2 ст. л.
Соль	1 по вкусу
Перец	1 по вкусу
Яблочный уксус 6%	3 ст. л.
Холодная вода	100 мл.

Инструкция приготовления:



Начинаем подготовку с болгарского перца. Заранее разогреваем духовку до 200 градусов. Перчик (желательно красный и крупный) моем, кладем в любую посуду для запекания и отправляем в духовку на 20 - 30 минут. Затем перец нужно положить остывать в закрытую посуду. Это делается для того, чтобы можно было легко снять с перца кожуру.



Помидоры для гаспачо нужно брать мясистые. Предварительно их моем и бросаем в кипяток на 1 мин (бланшируем), вынимаем и даем остыть.



Лук (небольшая луковица) мелко нарезаем и маринуем в яблочном или винном уксусе 15 мин. Затем лук нужно хорошенько отжать.



Когда помидоры остыли, снимаем с них аккуратно кожуру, разрезаем на 4 части и вынимаем семечки (в суп понадобится только мякоть).



Из остывших перцев также снимаем кожуру, чистим от семян и перепонок. Нарезаем произвольно (у меня 6 полосок).



Огурцы моем, чистим и нарезаем кубиком.



Зелень также моем и мелко нарезаем. У меня небольшой пучок петрушки и пару листиков базилика. Можно также добавлять укроп, сельдерей (на любителя).



Чеснок измельчаем чеснокодавилкой. Для любителей "остренького" количество чеснока можно увеличить до 4 зубчиков.



В отдельной миске соединяем зелень, отжатый лук, чеснок, оливковое масло.



В чашу блендера засыпаем понемножку все ингредиенты и перетираем до состояния пюре.



Если консистенция для супа густая, то можно разбавить холодной кипяченой водой. Затем пюре солим, перчим по вкусу и для кислинки можно еще добавить 1 ст. л. лимонного сока (по желанию). Ставим в холодильник минимум на 1 час охладиться.



Подаем суп холодным с гренками, зеленью и огурцом. Приятного аппетита и на здоровье!