

Gazpacho mit dem SILVERCREST Slow Juicer

Zeit gesamt 30min



Zubereitungszeit 30min





Zutaten

für 4 Portionen

iai i i ordonon	
Strauchtomaten	500 g
Wasser	250 ml
Toastbrot	3 Scheiben
Paprika, rot	2 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Salatgurken	1 St.
Stangensellerie	20 g
Basilikum, frisch	20 g
Olivenöl	2 EL
Essig	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gem	ıahlen
Tabasco	0.25 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleiner Topf, feine Reibe, SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab, SILVERCREST Slow Juicer

- 1. Toastbrot entrinden und in kaltem Wasser einweichen.
- 2. In einem Topf 1 I Wasser aufkochen. Tomaten waschen, kreuzweise einritzen und mit kochendem Wasser u berbru hen, mit eiskaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen. Eine Tomate beiseitelegen.
- 3. Paprika wu rfeln und etwa 1 EL beiseitelegen. Knoblauch schälen. Zwiebel und Gurke wu rfeln. Zwiebel, Staudensellerie, Paprika, Gurke und Tomate nacheinander durch den Slow Juicer geben.
- 4. Das ausgedru ckte Toastbrot und fein geriebenen Knoblauch mit einem Stabmixer in den Saft mixen. Mit 250 ml kaltem Wasser verdu nnen, bis die gewu nschte Konsistenz erreicht ist. Mit Olivenöl, Essig, Tabasco, Salz und Pfeffer wu rzen.
- 5. Gazpacho in ein Glas geben und mit gewu rfelten Tomaten, Paprika und Basilikum-Blättern garnieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	264 kcal
Kohlenhydrate	45 g
Eiweiß	9 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	6 g