



ГАСПАЧЧО ПО-АНДАЛУЗСКИ

Гаспаччо - это холодный томатный суп. Но я вот узнала, что андалузский гаспаччо также подается горячим. Особенность же андалузского гаспаччо является наличие в его составе черствого хлеба, который придает насыщенность и делает его более сытным. У меня же вариант диетического андалузского гаспаччо, от Андалусии у него только то, что я люблю его в горячем виде... Во всяком случае зимой. Уж больно мне нравится Андалусия и это название!

Понадобится:

консервированные резанные томаты в собственном соку - 2 банки
фенхель - 1/2 клубня
сладкий перец - 1 штука
острый перец - по вкусу
помидоры черри - 5 штук
лук - 1/2
чеснок - 2 зубчика
петрушка - несколько веточек
сок половинки лимона

Приготовление:

Закипяти полный чайный питьевой воды. Перец, фенхель, лук и помидоры черри (кроме одной) нарежь крупно. Хорошо разогрей кастрюлю и без добавления масла туши несколько минут овощи интенсивно помешивая пока овощи не подрумянятся.



Влей консервированные томаты, добавь кусочек острого перца и всыпь рубленную петрушку. Перемешай и готовь на медленном огне под крышкой пока овощи не станут мягкими. При необходимости вливай кипяток. Я положила один томат черри целиком в кастрюлю, чтобы легко снять с него шкурку и использовать для подачи.



Когда овощи станут мягкими извлеки помидор, добавь необходимое количество кипятка (я добавляю совсем чуть-чуть так как люблю густой суп).



С помощью погружного блендера преврати суп в пюре. Добавь лимонный сок и специи по вкусу. Подавай горячим украсив очищенным томатом черри.

sifood.com.ua - Гаспаччо по-андалузски