

## Gazpacho

- 1 kleine Zwiebel
- 1/2 Knoblauchzehe
- 100 g Strauchtomaten
- 125 g Salatgurke
- 125 g Paprikaschoten  
(rote und gelbe gemischt)
- 150 ml Tomatensaft
- 1 EL kalt gepresstes Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- Pfeffer
- Salz
- Tabasco
- Basilikum
- 50 g Olivenbaguette

Die Zwiebel schälen und ganz fein würfeln. Die Knoblauchzehe durch die Presse drücken. Das Gemüse waschen und putzen. Tomaten, Gurke und Paprika entkernen. Etwa ein Viertel des Gemüses würfeln. Das restliche Gemüse mit dem Tomatensaft im Mixer fein pürieren. Olivenöl zugeben und mit Zitronensaft, Pfeffer, Salz und etwas Tabasco pikant abschmecken. Den Gazpacho in einen großen Suppenteller gießen. Mit den Gemüsewürfeln und einigen frischen Basilikumblättchen servieren. Dazu Baguette essen.

315 kcal (1319 kJ), 8,7 g Eiweiß, 13,1 g Fett, 38,8 g Kohlenhydrate