



Recette de JESSICA

GASPACHO DE TOMATES

(6 pers)



Temps de préparation : 15 minutes

Ingrédients :

- ❖ 1 kg de tomates bio (maestria ou paola)
- ❖ 1 à 2 gousses d'ail
- ❖ 80g de poivrons bio
- ❖ 40g d'oignons bio
- ❖ 100g de concombre bio
- ❖ ½ cac de sel
- ❖ 20g d'huile de cameline bio
- ❖ 100g glaçons
- ❖ 10g vinaigre

Préparation :

Mettez les tomates bio, l'ail, le poivron bio, l'oignon bio, le concombre bio, le vinaigre et le sel dans le bol, puis mixez le tout.

Ajoutez l'huile de cameline et mélangez.

Pour un gaspacho plus fluide, et en fonction de la maturité des tomates bio, ajoutez les glaçons. Servez très frais dans un joli saladier. Régalez-vous !

Mon conseil :

Ajoutez une Brunoise de tomate bio, concombre bio, oignon bio et poivron bio en guise de garniture.

Accompagnez éventuellement de petits croûtons. Une petite tête de menthe bio ou de basilic bio et le tour est joué.

Retrouvez-moi sur facebook : aucasierbrayon et sur notre site internet www.aucasierbrayon.fr

Vous souhaitez nous contacter : jessica@aucasierbrayon.fr