



## *Gurken-Gazpacho*

VORSPEISE FÜR 4 PERSONEN

**100 g altbackenes Weissbrot  
oder Zopf**  
**1 Knoblauchzehe**  
**½ grüne Chilischote**  
**3 EL Aceto balsamico bianco**  
**1 TL Zucker**  
**½ TL Salz**  
**1 Salatgurke à ca. 450 g**  
**1 grüne Peperoni**  
**2 Stängel Stangensellerie**  
**ca. 3 dl Gemüsebouillon, kalt**  
**3 Zweige Estragon**  
**4 EL Olivenöl**  
**Salz zum Abschmecken**

**1.** Brot entrinden, in Würfel schneiden. Knoblauch und Chili grob hacken. Alles mit Balsamico, Zucker und Salz sehr gut mischen. Gurke und Peperoni mit einem Sparschäler schälen. Gemüse halbieren und entkernen. In Würfelchen schneiden. Stangensellerie in Würfel schneiden. Vom Gemüse etwas für die Garnitur beiseitestellen. Gemüse und Brotmischung gut mischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Ab und zu durchrühren.

**2.** Bouillon zum Gemüse giessen. Die Hälfte des Estragons grob hacken und begeben. Suppe im Cutter oder mit dem Stabmixer möglichst fein pürieren. Wenn die Suppe zu dick ist, mehr Bouillon begeben. Suppe mit Öl und Salz abschmecken. Mit restlichem Estragon und beiseitegestellten Gemüsewürfelchen garnieren, kühl servieren.

**TIPP** Zum Vorbereiten Zutaten mischen und maximal 12 Stunden kühl stellen – kurz vor dem Servieren pürieren.

**ZUBEREITUNG** ca. 30 Minuten  
+ ca. 30 Minuten ziehen lassen

**Pro Person** ca. 3 g Eiweiss, 8 g Fett,  
19 g Kohlenhydrate, 700 kJ/160 kcal

## *Gartengemüse mit Limetten-Butter-Sauce*

**Rezept Seite 18**

