



## Gazpacho



Vor-und zubereiten: **30 Min.**

Kühlstellen: mind. **60 Min.**

### Zutaten

Für 2 Pers.

300 g	Tomaten
½	Kleine Zwiebel
½	Knoblizehe
	Basilikum
¼ KL	Gemüsebouillon
½ EL	Essig
½ EL	Olivenöl
wenig	Tabasco

Einlage:

wenig	Zwiebel
wenig	Gurke
wenig	Peperoni
4	Cherrytomaten

### Zubereitung

waschen, Stielansatz ausschneiden, schälen\*, schneiden und in Massbecher geben

schneiden, beifügen

zugeben, mixen  
Zugedeckt mind. 1 Std. kühl stellen

Gemüse klein würfeln und in 2 Suppenschalen anrichten  
Kalte Suppe darüber giessen und mit einem Basilikumblatt garnieren.

**Tipp:** \* Tomaten schälen: Gewaschene Tomaten an der rundesten Stelle über Kreuz leicht einschneiden und kurz ins siedende Wasser geben, mit der Schöpfkelle herausnehmen und unter kaltem Wasser abschrecken. Mit spitzem Messerli schälen. Wenn`s pressiert: Tomaten durch Pelati aus der Dose ersetzen.

Bei Fragen wenden Sie sich an [ernaehrung@meriansante.ch](mailto:ernaehrung@meriansante.ch)