



Frische Gazpacho mit Koriander und Knoblauchbrot

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Toastbrot	3 Scheiben
Strauchtomaten	500 g
Salatgurken	1 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Zwiebeln, rot	1 St.
Paprika, rot	1 St.
Koriander, frisch	15 g
Wasser	250 ml
Olivenöl	3 EL
Essig	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Baguette	1 St.
Margarine, vegan	2 EL
Paprika, gelb	0.5 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Backblech mit Backpapier, feine Reibe, Pürierstab

1. Ofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Toastbrot entrinden und würfeln. Tomaten waschen, Strunk entfernen und grob würfeln. Gurke waschen und grob würfeln. 1 Knoblauchzehen schälen und grob würfeln. Zwiebel halbieren, schälen und grob würfeln. Rote Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und würfeln. Koriander waschen, trocken schütteln und Blätter von den Stielen zupfen.
2. In einem hohen Gefäß Toastbrot, Knoblauch, Zwiebel, Korianderstiele, Gurke und Tomaten fein pürieren. Kaltes Wasser zugeben, bis das Püree die gewünschte Konsistenz hat. Mit 2 EL Olivenöl, Essig, Salz und Pfeffer würzen und bis zum Servieren kalt stellen.
3. Baguette der Länge nach halbieren. 1 Knoblauchzehen schälen und fein reiben. In einer Schüssel Margarine, 1 EL Olivenöl und geriebenen Knoblauch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Baguette an den Schnittseiten mit der Masse bestreichen, nach Belieben in grobe Stücke schneiden und auf einem Backblech mit Backpapier ca. 8 Min. goldbraun backen.
4. Gelbe Paprika waschen, Strunk und Kerne entfernen und würfeln. Klassische Gazpacho gegebenenfalls nochmals abschmecken und mit gelber Paprika, Korianderblättern und Knoblauchbrot garniert servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Am besten schmeckt die Gazpacho am nächsten Tag frisch aus dem Kühlschrank.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	415 kcal
Kohlenhydrate	62 g
Eiweiß	12 g
Ballaststoffe	8 g
Fette	14 g