Gaspacho

29/05/2018 à 12h18

Par Dr Christian Leclerc

Temps de préparation : 15 min

Pour 2 personne(s)

Ingrédients :

- 4 tomates cœur de bœuf de jardin, très mûres
- 1 poivron rouge
- 1 concombre
- 2 gousses d'ail
- 1 jus de citron
- 2 cuillères à soupe d'huile olive-colza
- 2 cuillères à soupe de concentré de tomate
- 2 g de sel ou 3 g de Ksel
- Persil plat ou coriandre ou basilic suivant votre goût
- Piment d'Espelette en poudre

Préparation :

- Epluchez au couteau à légumes spécial pour tomates et poivron;
- Mixez le tout avec 4 glaçons. Ajoutez de l'eau si nécessaire.