

GRÜNE GAZPACHO MIT ERBSEN

Rezept für 4 Portionen

Menge	Zutaten
300 g	Salatgurke
125 g	Zucchini
75 g	Erbsen – frisch oder tiefgekühlt
25 g	Petersilie
1	Frühlingszwiebel
1	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl
2 EL	Apfelessig
1 TL	Ahornsirup
3 – 4	Eiswürfel



FÜR DIE CROÛTONS

Menge	Zutaten
4	Scheiben Ciabatta – am besten vom Vortag
1 EL	Olivenöl
½ TL	Salz

FÜR DAS TOPPING

Menge	Zutaten
100 g	Gurke
2 EL	Sojajoghurt
2 EL	Olivenöl
1 TL	Schwarzer Pfeffer

ZUBEREITUNG

- 1) Für die Croûtons Ciabatta in 2 cm große Würfel schneiden. Olivenöl in eine heiße Pfanne geben, Brot bei mittlerer Hitze 5 Minuten rösten, ab und zu umrühren. Mit Salz würzen, vom Herd nehmen und beiseite stellen.
- 2) Für die Gazpacho alle Zutaten fein pürieren.
- 3) Kerngehäuse der Gurke für das Topping entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln.
- 4) Gazpacho mit Gurkenwürfeln, Sojajoghurt, Olivenöl und Croûtons toppen, mit Pfeffer würzen und sofort kalt servieren.