

ANTIPASTI E SNACK

Gazpacho classico

LUOGO: [Europa](#) / [Spagna](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Il **Gazpacho** è una deliziosa **ricetta spagnola** che ha conquistato i buongustai di tutto il mondo. Questa [zuppa](#) **fredda** dal **sapore deciso** e **rinfrescante**, è un **vero toccasana per le calde giornate estive**. Il **gazpacho andaluso** è preparato con **ingredienti freschi** come **pomodori succosi**, **cetrioli croccanti**, **peperoni verdi**, **cipolle dolci** e **aglio fragrante**, infine condito con **olio d'oliva** e **aceto**. Il Gazpacho è una vera **esplosione di sapori**, come tutte le ricette spagnole, compresa la [Paella di frutti di mare](#) e la [sangria](#).

Oltre ad essere **buono**, il gazpacho, offre anche **numerosi benefici per la salute** grazie all'**alto contenuto di vitamine**

e **antiossidanti** presenti nei suoi **ingredienti naturali**

Segui la nostra **semplice ricetta con video e passo passo fotografico** per realizzare in casa, con le tue mani, un buonissimo **gaspacho classico** come lo potresti gustare in Spagna. **Olè!**

Prova queste [ricette estive](#) e vegetariane:

[Tortino di riso freddo](#)

[Insalata di riso vegana](#)

[Patate all'insalata](#)

[Rotolo di frittata](#)

[Insalata di avocado e yogurt](#)

INGREDIENTI PER FARE IL GAZPACHO

PANE bagnato in acqua e strizzato - 50 gr

CIPOLLE 1

PEPERONI piccolo - 1

POMODORI maturi - 4

CETRIOLI ½

SPICCHIO DI AGLIO 1

SALE 1 cucchiaino da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1

tazza da caffè

ACETO DI VINO BIANCO ½ tazze da caffè

PEPE NERO ½ cucchiaini da tè

INGREDIENTI PER ACCOMPAGNARE IL GAZPACHO

CROSTINI DI PANE

CIPOLLE tritate -

POMODORI a pezzetti -

CETRIOLI a pezzetti -

PEPERONI a pezzetti -

COME FARE IL GAZPACHO

- 1 Taglia il pane, taglia la crosta e realizza dei piccoli pezzi che serviranno per i crostini, taglia a pezzi la mollica, mettila in una ciotola con dell'acqua ed unisci anche mezza tazzina di aceto, lascia in ammollo.





- 2 Sbuccia il cetriolo, taglialo a metà, una metà tienila da parte e una metà tagliala a rondelle e poi mettile nel bicchiere del frullatore, aggiungi anche l'aglio sbucciato e tagliato a pezzi.





3 Taglia a pezzi anche la cipolla, pulisci il peperone dai semi e dai filamenti interni e taglialo metà, mettine una da parte e l'altra metà tagliala a pezzi. Aggiungi i pezzi di peperoni e la cipolla nel bicchiere del mixer.

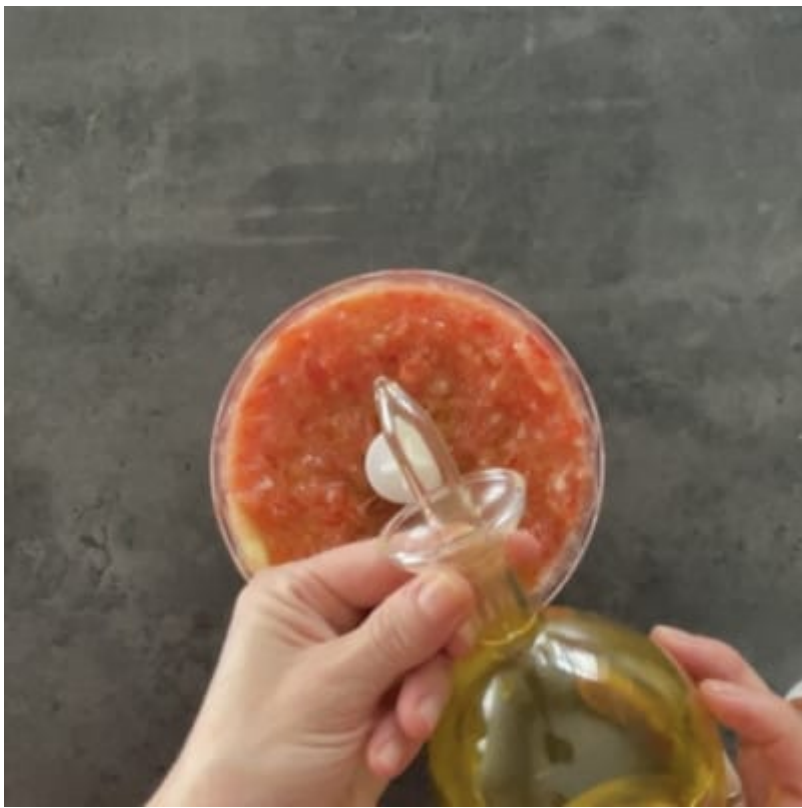




- 4 Lava i pomodori, tagliali a metà ed elimina l'interno con i semini, tagliali poi a pezzi e versa anch'essi nel frullatore.



- 5 Frulla ad intermittenza per qualche minuto, aggiungi poi dell'olio extravergine, un pizzico di pepe e un pizzico di sale e frulla un'altro po'.



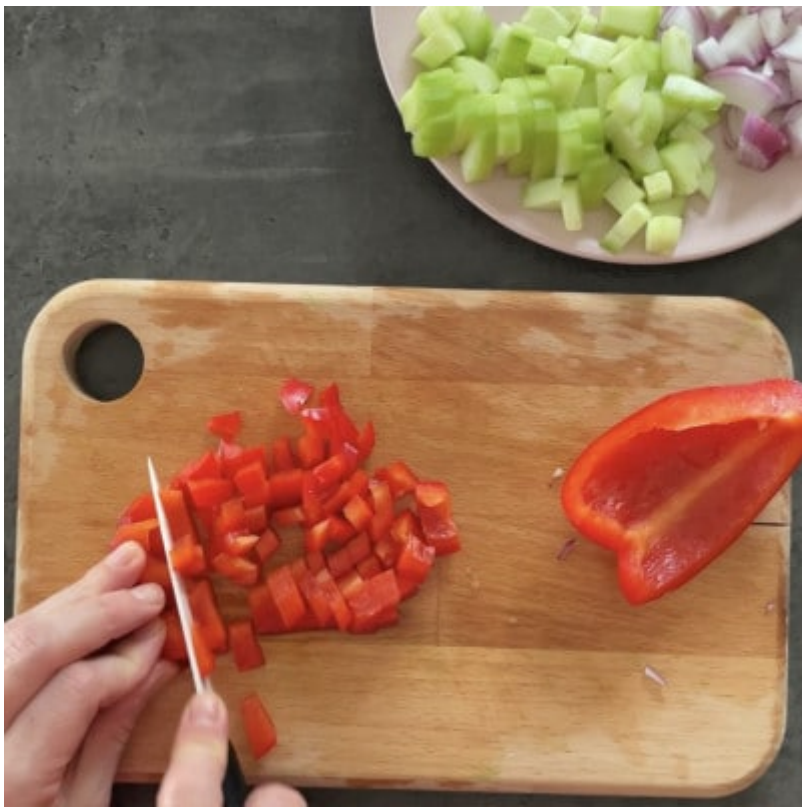
- 6 Prendi una ciotola e sistemaci sopra un passino. Setaccia il composto appena frullato, mescolalo con il dorso di un cucchiaio, in modo da eliminare eventuali residui di bucce o semi. Versa tutto nel bicchiere del mixer ed unisci la mollica ben strizzata che avevi messo a bagno in acqua e aceto. Frulla ancora per qualche secondo, infine metti tutto in una ciotola, regola eventualmente di sale e riponi in frigorifero per alcune ore.





- 7** 10 minuti prima di portare in tavola il gazpacho, prepara le verdure di accompagnamento: taglia finemente la cipolla, il mezzo cetriolo e la metà del peperone che avevi messo da parte in precedenza e sistemali in un piatto da portata.





8 Spargi in una teglia i pezzi di crosta del pane, inforna per 5 minuti in forno preriscaldato a 200°C. dovranno esser ben dorati, trasferiscili poi in una ciotola.

Prendi il gazpacho e servilo freddissimo in un piatto fondo o in bicchieri, accompagna con le verdure e con il pane tostato, in modo che ogni commensale potrà aggiungere a piacimento nel suo piatto.

NOTE

Il **Gazpacho** è considerato un **simbolo della cucina spagnola** e viene spesso consumato come antipasto o **piatto principale** durante i **mesi estivi**. La sua versatilità è uno dei motivi per cui è così amato: può essere servito in una ciotola come una zuppa tradizionale, oppure in bicchieri o tazze come bevanda rinfrescante. Inoltre, è **possibile personalizzarlo** aggiungendo ingredienti come **peperoncini piccanti, basilico fresco, olive o cubetti di pane croccante**.