ANTIPASTI E SNACK

Gazpacho classico

LUOGO: Europa / Spagna

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

Per noi, il **gazpacho** è il sapore dell'estate andalusa in un bicchiere. Questa zuppa fredda è una **vera esplosione di sapori mediterranei**, un concentrato di **verdure fresche** che disseta e sazia. È la **ricetta perfetta** da servire come antipasto rinfrescante o come primo piatto leggero nelle giornate più calde. Una preparazione che ci ricorda la freschezza di un'altra salsa cruda, il pico de gallo, ma con una **consistenza vellutata** e avvolgente.

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 cucchiaio da tè

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1 tazza da caffè

ACETO DI VINO BIANCO ½ tazze da caffè

PEPE NERO ½ cucchiai 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.

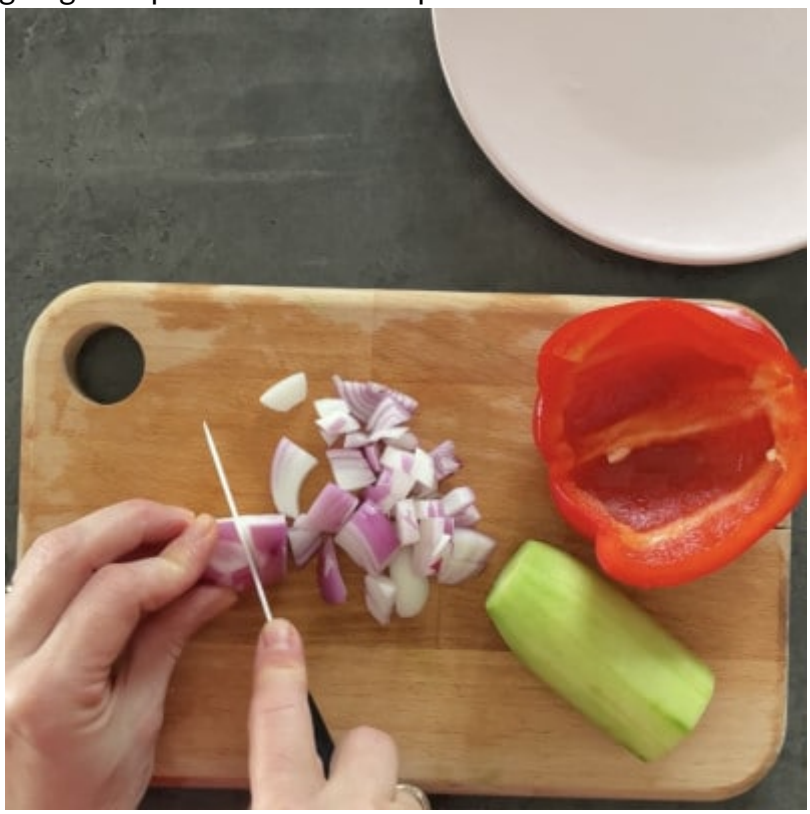
5 Frulla ad intermittenza per qualche minuto, aggiungi poi dell’olio extravergine, un pizzico di pepe e un pizzico di sale e frulla un’altro po'.

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.

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.



Trucchi, consigli e riduzione dello spreco alimentare

Per un gazpacho da manuale, ecco i nostri trucchi.

Il pane, l'ingrediente segreto: L'aggiunta di mollica di pane ammollata è il segreto per dare al gazpacho la sua tipica consistenza cremosa e per legare perfettamente l'olio e l'acqua delle verdure.
Setacciare per la cremosità: Passare la zuppa al setaccio (o al colino a maglie fini) dopo averla frullata

è un passaggio in più, ma fondamentale per ottenere un gazpacho liscio e vellutato, senza pellicine o semi.
L'importanza del riposo: Non avere fretta! Lasciare riposare il gazpacho in frigorifero per almeno un paio d'ore permette a tutti i sapori di fondersi e intensificarsi. Servilo sempre freddissimo.
Non buttare le croste del pane! Questa ricetta usa solo la mollica. Le croste avanzate sono perfette per diventare i crostini di accompagnamento. Ti basterà tagliarle a cubetti e tostarle in forno o in padella con un filo d'olio, come suggerisce la ricetta. Zero sprechi, massimo sapore!

Come si conserva il gazpacho

Il gazpacho si conserva perfettamente in frigorifero per 2-3 giorni, in una bottiglia di vetro o in un contenitore ermetico. Anzi, spesso il giorno dopo è ancora più buono.
Sconsigliamo di congelarlo, perché gli ingredienti crudi perderebbero la loro freschezza e consistenza una volta scongelati.

Potresti cucinare anche...

Se ami i piatti freschi ed estivi, ecco altre idee che potrebbero piacerti:

Insalata di Riso: Il grande classico delle tavole estive italiane, colorato e perfetto da preparare in anticipo.
Paella di Frutti di Mare: Per rimanere in Spagna, un piatto unico ricco e conviviale.
Insalata di Melanzane: Un altro contorno estivo delizioso, da servire rigorosamente freddo.