



Cozinhar



[Receitas em vídeo](#) [Entradas](#)

Nestlé de Gaspacho

⌚ 50 min.

✖ Médio

€ Económico

✖ 6 doses

Ingredientes

4 fatias de pão
6 tomates
1 l de água
4 dentes de alho
6 c. de sobremesa de azeite
5 c. de sobremesa de vinagre de vinho branco
2 pimentos verdes
1 pepino

Informação nutricional

Energia	189,4 kcal	9%*
Proteínas	4,1 g	8%*
Lípidos	11,3 g	16%*
Hidratos de Carbono	17,4 g	7%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

- Corta o pão, o tomate e 3/4 do pepino em cubos pequenos e junta-lhes o azeite e a água.
- Deixa reposar durante 45 minutos.
- Depois passa tudo pelo passe-vite e tempera com sal e pimenta.
- Esmaga o alho num almofariz e junta-o ao puré.
- Mistura bem e acrescente vinagre e uns cubos de gelo.

- 6** Leva ao frigorífico por uma hora.
- 7** Corta os pimentos em rodelas e o pepino restante e coloca sobre o gazpacho.
- 8** Polvilha com orégãos e serve gelado.