

Le Véritable Gaspacho Andalou

Nombre de parts: 4 parts
Temps de préparation: 15 minutes
Prêt en: 17 minutes
Difficulté: Facile
Calories: 323 Kcal



Ingrédients:

- 5 tomates bien mûres
- 2 poivrons rouges
- 1 gros oignon
- 3 gousses d'ail
- 1 concombre
- 1 tranche de pain de mie
- 10 cl de lait
- 10 cl d'huile d'olive
- 2 c à s de concentré de tomate
- du vinaigre de Xérès
- du tabasco
- du sel

Préparation:

Etape 1: La veille, laver les tomates et les poivrons, les couper en morceaux.

Éliminer les extrémités du concombre, le peler et le couper en gros morceaux.

Couper le pain en morceaux.

Etape 2: Mettre tous les ingrédients dans un saladier, ajouter le lait, l'huile, le concentré de tomate et laisser macérer toute une nuit.

Etape 3: Le jour même, mixer la préparation, puis la passer au chinois, en pressant de manière à en extraire tous le jus, jusqu'à obtenir la consistance d'une soupe épaisse.

Etape 4: Saler, ajouter le tabasco, le vinaigre, mélanger.

Etape 5: Au moment de servir, ajouter des glaçons et une feuille de basilic pour la couleur.

Brochettes de fruits frais marinés au citron vert

Ingrédients pour 4 personnes

- ananas
- pommes
- bananes
- fraises
- 2 cuillères à soupe de sirop de sucre de canne
- 1 citron vert
- 8 pics en bambou



Pelez et coupez l'ananas, les pommes et les bananes en grosses tranches et découpez-les en triangle.

Faites mariner l'ananas et les autres fruits dans un mélange composé du sirop de sucre de canne, du jus du citron vert et du zeste râpé finement. Réservez dans le réfrigérateur.

Égouttez les fruits (réservez le sirop) et composez des petites brochettes en alternant les morceaux de fruits.

Sorbet à la mangue

Ingrédients

Pour 3/4 de litre de sorbet
2 mangues bien mûres
100 g de sucre
15 cL d'eau
le jus d'1 demi citron



Préparation

Mettre l'eau et le sucre dans une casserole. Porter à ébullition et retirer du feu dès que le sucre est dissout.

Éplucher et dénoyauter les mangues. Mixer la chair.

Mélanger le sirop, la purée de mangue et le jus de citron.

Laisser une nuit au réfrigérateur. Turbiner.