HerZechef 👆



SOPAS Y CREMAS

Gazpacho de gilda

2 raciones · 396 kcal

Ingredientes

- **1** bote de gildas en vinagre
- **1/2** pepino
- **1/2** pimiento verde
- Un trozo de pan
- Agua fría
- **50 ml** de aceite de oliva
- **1 cucharada** de vinagre
- Sal al gusto
- Anchoas y boquerones en vinagre para decorar

POR RACIÓN

Proteínas	**11 g**
Grasas	**34 g**
Hidratos	**13 g**
Fibra	**2,7 g**

Elaboración

1. En la batidora se ponen unas gildas sin el líquido, un trocito de pepino, otro trocito de pimiento verde y un churrusco de pan
2. Aliñar con un buen aceite de oliva, un poco de sal y una cucharada de vinagre, y triturar todo
3. Añadir agua fría hasta encontrar la textura deseada
4. Pasar por un colador para obtener una sopa más fina
5. Enfriar en el frigorífico durante unas horas
6. Servir bien fresquito con trocitos de anchoa y boquerones en vinagre por encima

RECOMENDACIONES

Se le puede añadir hasta una gilda entera.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto