HerZechef



SOPAS Y CREMAS · VEGANO

Gazpacho de frutos rojos

4 raciones 560 kcal

Ingredientes

- **4**-5 tomates
- **200 gr** de frutos rojos
- **1/2** pimiento rojo
- **1/2** pepino
- **1 diente** de ajo
- Media cebolla
- **1 taza** de aceite de oliva
- Media de vinagre
- Sal al gusto

POR RACIÓN

Proteínas	**2,4 g**
Grasas	**56 g**
Hidratos	**15 g**
Fibra	**4,6 g**

Elaboración

1. En la batidora se añaden el tomate, un mix de frutos rojos, media cebolla, medio pimiento rojo, medio pepino y un diente de ajo, y se tritura todo
2. Se pasa por un colador o por un chino para quitar las pepitas
3. Se vuelve a meter en la batidora y se añade una taza de aceite de oliva, media de vinagre y sal al gusto
4. Se mezcla todo

Hecho con CookNest

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