









Gaspacho aux poivrons

5 minutes Preparation par personne
→ 10 minutes de
préparation → 5 minutes
de refroidissement
→ 10 minutes de cuisson
→ Pour 4 personnes

2 poivrons rouges
coupés en 2 
2 cc d'huile d'olive
600 g de tomates bien
mûres coupées en 4 
¼ de concombre émincé 
1 gousse d'ail hachée 
1 CS de purée de tomates
300 ml de bouillon de légumes
préparé avec ½ cube et refroidi
½ cc de vinaigre de vin rouge
4 pains pita grillés (60 g chacun)
Pour la garniture :
2 tomates épépinées et finement
émincées 
4 cm de concombre finement émincé 
2 cives finement émincées 
2 CS de basilic frais déchiré 

1 Préchauffez le gril à haute température. Ôtez la tige et les graines des poivrons et déposez-les sur une plaque de cuisson préalablement recouverte de papier aluminium. Faites griller les poivrons pendant 10 minutes ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres et bien grillés, en les retournant régulièrement. Laissez-les refroidir puis ôtez la peau.

2 Mettez les poivrons dans un blender, ajoutez l'huile d'olive, les tomates, le concombre, l'ail, la purée de tomates, le bouillon et le vinaigre. Donnez quelques pulsations, jusqu'à obtenir un gaspacho homogène. Salez et poivrez selon votre goût et réservez au frais.

3 Avant de servir, mélangez ensemble les ingrédients de la garniture, salez et poivrez. Versez le gaspacho dans 4 bols, avec de la glace pilée si vous le souhaitez. Ajoutez une cuillerée de mélange aux concombre et tomates par personne et servez avec les pains pita grillés.