

Gaspacho andalou et brochette de pain grillé

Bonjour à toutes et tous

« *Quand y'en a plus (de canicule) et bien y'en a encore* » disait Stromae. C'est reparti pour une troisième canicule de l'été 2023 (que ceux qui paniquent aussi lèvent la main ..). Alors je vous propose une petite idée « fraîche » pour varier vos repas : un gaspacho.

Vous allez sourire, il y a quelques années, je détestais ces soupes froides. Et puis, cette année, lassée par mes salades habituelles « des jours chauds », j'ai renté avec une nouvelle recette dégottée sur le net (par ici), qui proposait de laisser « mariner » un peu les légumes ([tomate](#), concombre, poivron) avant de les mixer. Est ce ce petit détail qui change tout où ais-je changé mes goûts, je n'en sais rien. Toujours est-il que sur le coup, j'ai plus qu'adoré ce fameux gaspacho andalou. Depuis, un gros bol de cette soupe froide m'a plusieurs fois fait mon repas, accompagné d'une tartine à l'œuf dur ou au fromage frais.

Suite à cette petite réussite, je voulais partager l'idée de ce gaspacho andalou facile avec vous. Sans doute le cuisinez vous déjà, mais au moins cela peut vous donner une alternative si vous ne l'avez pas fait il y a peu. J'espère que cela vous inspirera.

Bonne journée !

- GASPACHO ANDALOU -
& BROCHETTE DE PAIN GRILLÉ



Recette : Gaspacho andalou et brochette de pain grillé

Saison de la recette : Juillet à Mi Septembre

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 0 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

- 4 grosses tomates (environ 800g)
- 1 concombre
- 1 poivron jaune ou rouge
- 1 petite gousse d'ail
- 4 tranches de pain de campagne (ou de pain de mie)
- 3 cas de vinaigre de xérès
- 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre
- quelques tomates cerises

Réalisation

- Lavez les légumes. Pelez le concombre et coupez le en gros tronçons. Retirez le pédoncule des tomates, coupez les en morceaux. Épépinez le poivron et coupez en morceaux. Épluchez et hachez grossièrement l'ail.
- Disposez l'ensemble des légumes dans un saladier (ou le bol de votre mixer) avec la moitié du pain émietté. Laissez « reposer » au moins 1 heure au frais.
- Mixez les légumes finement. Ajoutez le vinaigre et l'huile d'olive. Salez, poivrez, et rectifiez le dosage huile/vinaigre à votre convenance.
- Réservez le gaspacho au frais.

- Un peu avant le service, badigeonnez le pain d'un peu d'huile et coupez en cubes. Faites le griller dans une poêle. Formez ensuite des brochettes en alternant tomates cerises et pain grillé.
- Servez le gaspacho andalou bien frais dans des tasses ou verrines. Accompagnez d'une brochette de pain grillé.

Servez chaud. Accompagnez de semoule ou de boulghour pour les gros appétits

Astuces :

- Si vous ne trouvez pas de vinaigre de xérès, remplacez en moindre quantité par du vinaigre de cidre.
 - Les brochettes sont évidemment facultatives.
-