



Gazpacho tiepido e formaggio caprino con peperoni, cetrioli e taralli croccanti

25 minuti

10



Peperone



Aglio



Pomodori ciliegini



Taralli all'olio



Cetriolo



Formaggio Di Capra



Prezzemolo



Hey Chef, ti è piaciuta questa ricetta?
Scansiona il QR code e lascia un commento!

Ricetta personalizzata: Prestate attenzione ai riquadri rosa presenti su questa scheda se avete scelto di aggiungere o sostituire una proteina alla vostra ricetta.

Dalla dispensa: Olio d'oliva, Sale, Pepe

Prima di cominciare

La nostra frutta e verdura ha bisogno di essere lavata prima del consumo.

Adesso divertitevi a cucinare!

Ingredienti

	2P	4P
Peperone**	1 pezzo	2 pezzi
Aglio	1 spicchio	2 spicchi
Pomodorini ciliegini**	250 g	500 g
Taralli all'olio 13)	1 pacchetto	2 pacchetti
Cetriolo**	1 pezzo	2 pezzi
Formaggio Di Capra** 7)	1 pacchetto	2 pacchetti
Prezzemolo**	5 g	5 g

**Conservare al fresco

Valori nutrizionali

	Per porzione	Per 100g	Per porzione	Per 100g
per gli ingredienti non cucinati	407 g	100 g	457 g	100 g
Energia (kJ/kcal)	1228 kJ/ 294 kcal	302 kJ/ 72 kcal	1804 kJ/ 431 kcal	395 kJ/ 94 kcal
Grassi (g)	14 g	3 g	25 g	5 g
Grassi saturi(g)	9 g	2 g	17 g	4 g
Carboidrati (g)	30 g	7 g	32 g	7 g
Zuccheri (g)	11 g	3 g	11 g	2 g
Fibre (g)	5 g	1 g	5 g	1 g
Proteine (g)	14 g	3 g	22 g	5 g
Sale (g)	1 g	0 g	2 g	0 g

Allergeni

7) Latte **13**) Cereali contenenti glutine

Per avere informazioni più complete su ingredienti, allergeni e tracce di allergeni, fai sempre riferimento all'etichetta sui prodotti. Le box sono confezionate in uno stabilimento che utilizza il sedano.

Mi raccomando!

Conservate il kit ricette in frigo

Lavatevi le mani prima e dopo aver toccato gli ingredienti
Usate taglieri e utensili diversi per i cibi crudi e quelli già pronti, oppure lavateli tra un uso e l'altro



Scopri come smaltire i tuoi imballaggi sul nostro sito helloworld.it



Preparare gli ingredienti

- Tagliate i **pomodorini** a metà.
- Tagliate il **peperone** a cubetti.
- Sbucciate l'**aglio**.



Preparare la crema

- Raccogliete in un pentolino il **formaggio di capra** con 2 cucchiai d'**acqua** per persona, un pizzico di **sale**, **pepe** e un filo d'**olio** e cuocete a fuoco basso per qualche minuto, mescolando ogni tanto, fino a ottenere una salsa liscia.
- Tritate finemente il **prezzemolo**.
- Tagliate il **cetriolo** a fettine sottili.



Preparare il gazpacho

- Scaldate 1-2 cucchiai d'**olio** in una padella antiaderente.
- Rosolate l'**aglio** per 2-3 minuti. Aggiungete **peperoni** e **pomodori**.
- Unite 3-4 cucchiai di **acqua**, **sale**, **pepe** e cuocete per 15 minuti con il coperchio.
- Trasferite le verdure (eliminate l'aglio, se non lo gradite) in un bicchiere del mixer con 2-3 cucchi d'**olio** e frullate fino a ottenere una salsa liscia e omogenea.
- Unite un pizzico di sale, se necessario, e lasciate intiepidire per qualche minuto.



Disporre nei piatti

- Disponete il **gazpacho** tiepido in piatti fondi o ciotole.
- Guarnite con il **cetriolo** e la **crema** di formaggio di capra.
- Completate con i **taralli**, sbriciolandoli grossolanamente con le mani.

Buon Appetito!