



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Gazpacho mit Spargel und Radieschen

- 100 ml GEFRO Gemüsebrühe Querbeet
- 5 EL GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra
- 500 g grüner Spargel
- 1 Paprikaschote (nach Belieben gelb, grün oder rot)
- 5 Radieschen
- 200 g Kirschtomaten
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Scheibe Ciabattabrot, 2 cm dick
- 2 EL weißer Balsamico-Essig
- Salz
- 1 EL Petersilie, fein gehackt
- GEFRO Gewürz-Pfeffer

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Gazpacho mit Spargel und Radieschen

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 30 Minuten

Nährwerte pro Portion:

22,9 g Fett	9,1 g Kohlenhydrate	3,2 g Eiweiß	4,9 g Ballaststoffe	255 kcal
Brennwert				

Gazpacho mit Spargel und Radieschen

1⌘ Spargel & Gemüse vorbereiten:

500 g grünen Spargel von den holzigen Enden befreien.
Die Stangen längs halbieren und in sehr dünne Scheiben schneiden.
1 Paprikaschote vierteln, Strunk und Kerne entfernen und fein würfeln.
5 Radieschen putzen und ebenfalls fein würfeln.
200 g Kirschtomaten vierteln.
2 Frühlingszwiebeln in sehr dünne Ringe schneiden.
1 Knoblauchzehe schälen und fein hacken.
Alles in eine Schüssel geben und gründlich vermengen.

2⌘ Brot vorbereiten:

1 Brotscheibe in Wasser einweichen, anschließend gut ausdrücken.

3⌘ Gazpacho-Basis pürieren:

Zwei Drittel der Gemüsemischung zusammen mit dem ausgedrückten Brot,
2 EL weißem Balsamico-Essig,
100 ml klarer Brühe aus **GEFRO Klare Gemüsebrühe Querbeet**
3 EL **GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra** in den Mixer geben und fein pürieren.

4⌘ Alles vermengen & kühlen:

Das Gemüsepüree zur restlichen Gemüsemischung in die Schüssel geben.
Mit Salz und **GEFRO Gewürz-Pfeffer** abschmecken.
Die Spargel-Gazpacho 2–3 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.

5⌘ Anrichten & Servieren:

Die gut gekühlte Gazpacho in Gläser oder Schalen füllen.
Mit 2 EL **GEFRO Bio Olivenöl Nativ Extra** beträufeln,
mit fein gehackter Petersilie bestreuen und sofort servieren.

⌘ Tipps & Varianten:

⌘ **Tipp:** Für eine besonders glatte Konsistenz die pürierte Gazpacho zusätzlich durch ein feines Sieb streichen.

⌘ **Variante:** Etwas fein gewürfelte Gurke passt hervorragend dazu und bringt zusätzliche Frische – ohne den Grundcharakter zu verändern.

⌘ **Nicht vergessen:** Die Kühlzeit ist entscheidend! Erst gut durchgezogen entfaltet die Gazpacho ihr volles Aroma.