

## > Pikante Curry-Gazpacho

Erfrischende Sommersuppe mit orientalischer Note



### ZUTATEN:

- 1 Salatgurke
- 1 Rote Paprika
- 4 Reife Tomaten
- 1 Frische Knoblauchzehe
- 1 Zweig Basilikum
- 1 Glas NATURATA Arrabbiata Tomatensauce
- 2-3 TL Madras Curry
- 3 EL NATURATA Olivenöl
- 150 ml Wasser
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- NATURATA Kräutersalz
- 1-2 TL NATURATA Aceto Balsamico di Modena

## ZUBEREITUNG

1. Die Salatgurke schälen, längs halbieren, entkernen und in Stücke schneiden. Die Paprika putzen, Samen und weiße Stellen im Inneren entfernen und ebenfalls klein schneiden. Die Tomaten waschen, vierteln und vom Strunkansatz befreien. Den Knoblauch schälen und in Stücke schneiden. Das Basilikum zupfen.
2. Nun das Gemüse mit NATURATA Tomatensauce, Curry und NATURATA Olivenöl in den Mixtopf geben und mit etwas Wasser fein pürieren. Bei Bedarf noch etwas Wasser zugeben – die Konsistenz sollte flüssig, aber nicht wässrig sein.
3. Mit Pfeffer, NATURATA Kräutersalz und NATURATA Balsamico abschmecken und mindestens eine Stunde vor dem servieren kalt stellen.

### Eine Portion enthält im Durchschnitt:

Brennwert: 633 kJ (151 kcal)  
 Eiweiß: 3 g  
 Kohlenhydrate: 7 g  
 Fett: 12 g

Portionen: 4  
 Zubereitungszeit: 15 Minuten  
 Ruhezeit: 60 Minuten  
 Schwierigkeitsgrad: Einfach

**Tip:** Dazu schmeckt NATURATA Zwieback oder frisches Baguette.