

Гаспачо с фетой



На 100 грамм:
Калорийность: **80.47 ккал.**
Белки: **1.93 г.**
Жиры: **4.78 г.**
Углеводы: **7.53 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/gaspacho-s-fetoj/>

Ингредиенты:

- томаты - 2кг
- небольшой перчик чили
- чеснок - 2 зубчика
- оливковое масло - 4 ст.л
- сок половины лимона
- сахар - 1 ст.л
- соль и перец по вкусу
- 1 ст/л бальзамика
- огурец - 4 шт
- сладкий перец - 2 шт
- луковица
- фета - 100 г
- багет - 8 кусочков
- оливкое масло 4 ст.л
- листья базилика

Приготовление:

Берем все ингредиенты для основы и взбиваем с помощью блендера. До однородной массы, ставим в холодильник на 2 часа. Овощи режем на маленькие кубики и ставим охлаждаться в холодильник. Разливаем суп в тарелки, в каждую кладем по 1 ст.л. всех овощей, кусочек. Сыра фета и 2 кусочка подсушенного багета, поливаем маслом и украшаем листьями базилика.