Campbell's
SERVICE ALIMENTAIRE
FAIT POUR SERVIR™

GASPACHO

Faits Nutritionnels

Portion	Pour 1/12 de la recette
Quantité Par Portion	
Calories 510	
	% Valeur Quotidienne
Lipides Totale 50g	**77%**
Lipides Saturée g	**0%**
Cholestérol mg	**0%**
Sodium 2070mg	**86%**
Glucides Totaux 16g	**5%**
Fibre Alimentaire 3g	**12%**
Protéine 3g	**6%**
Vitamine A %	Vitamine C %
Calcium %	Fer %

© 2024 CSC BRANDS LP, TOUS LES DROITS SONT RÉSERVÉS

GASPACHO

Temps Total
20 MIN.

Portion
POUR 1/12 DE LA RECETTE

Difficulté
EASY

Rendements
12

Cette soupe froide et rafraîchissante est relevée d'ingrédients d'inspiration mexicaine, comme de la salsa Pace, des piments jalapeños, de la coriandre et du jus de lime frais et peut être préparée à l'avance.

Tip

• Modifiez la présentation de la gaspacho en la garnissant de tiges complètes de coriandre fraîche, de tranches d'avocat, de tranches de piments jalapeños, de tomates hachées ou de quartiers de lime.

• Pour ajouter du piquant à la gaspacho, utilisez la Sala Picante Pace moyenne

Conseils :

INGRÉDIENTS

INGRÉDIENTS	POIDS	MESURE
tomates de serre mûres, hachées	6 tasses	1 L
concombre anglais, haché	4 tasses	1 L
Salsa Picante Pace, douce	4 tasses	1 L
oignons verts, hachés	2 tasses	500 mL
huile d'olive	2 tasses	500 mL
feuilles de coriandre fraîche, hachées	1 tasse	250 mL
jus de lime	1/2 tasse	125 mL
jalapeños (3,2 oz), épépinés et coupés en dés	4	4
sauce Worcestershire	1/4 tasse	60 mL
sel	2 c. à soupe	30 mL
huile d'olive	3/4 tasse	185 mL
Salsa Picante Pace, douce	3/4 tasse	185 mL
concombre, haché fin	1 1/2 tasse	375 mL
feuilles de coriandre fraîche	3/4 tasse	185 mL
oignons verts, tranchés	3/4 tasse	185 mL

INSTRUCTIONS

1. Dans un grand bol, combiner les tomates, le concombre, la salsa, les oignons verts, l'huile d'olive, la coriandre, le jus de lime, les piments jalapeños, la sauce Worcestershire et le sel.

2. Transférer dans un mélangeur en deux fois et mélanger jusqu'à consistance lisse. Couvrir et réfrigérer au moins 6 heures (ou jusqu'à 2 jours).

Déposer 1 ½ tasse (375 mL) de gaspacho dans un bol peu profond. Garnir de 1 c. à soupe (15 mL) d'huile d'olive et de salsa (chacune). Disperser 2 c. à soupe (3 mL) de concombre au milieu du bol. Parsemer de 1 c. à soupe (15 ml) de coriandre et d'oignons verts (chacun).

© 2024 CSC BRANDS LP, TOUS LES DROITS SONT RÉSERVÉS