Rezept

Vegetarischer Gazpacho-Salat

Ein Rezept von Vegetarischer Gazpacho-Salat, am 12.10.2024

Zutaten

- **2** große Fleischtomaten (ca. 600 g)
- Salz
- **1 Stück** Wassermelone (ca. 300 g)
- **1** gelbe Paprikaschote
- **1 EL** Tomatenmark
- ½-1 TL Harissa (scharfe Gewürzpaste)
- **4 EL** Olivenöl
- **1** Salatgurke
- schwarzer Pfeffer
- **1** rote Paprikaschote
- 3-4 Frühlingszwiebeln
- 2-3 EL Gemüsebrühe
- **1** ½ EL Sherryessig

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 170 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten einritzen, heiß überbrühen, abschrecken, häuten, ohne Stielansatz vierteln und entkernen. Gut abtropfen lassen und in knapp 1 cm große Würfel schneiden. Die Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in etwa ½ cm kleine Würfel schneiden. Tomaten und Gurken salzen und pfeffern.

2. Die Wassermelone von der Schale schneiden, entkernen und klein würfeln. Die Paprikaschoten mit dem Sparschäler dünn schälen, vierteln, entkernen und klein würfeln. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in dünne Ringe schneiden. Das Gemüse gut mischen.

3. Tomatenmark mit Brühe, Harissa und Essig verrühren, nach und nach das Öl unterschlagen, salzen und pfeffern. Über das Gemüse gießen, zugedeckt im Kühlschrank mind. 2 Std. gut durchziehen lassen, dabei ab und zu umrühren.