

Gazpacho colegial

Ingredientes:

- Tomates muy maduros
- 100 g de agua
- 20 g de pan de barra del día anterior
- 20 g de aceite de oliva
- Una pizca de sal (opcional)
- 10 g de pimiento rojo
- 10 g de pimiento verde
- 20 g de pepino
- 10 g de cebolla dulce



*Elaboración:

Lavamos los ingredientes, cortamos y metemos en la batidora. Trituramos y ¡listo!. Puedes añadirle toppings naturales como trocitos de pepino, tomate, pimiento y trocitos de pan.

Programa Escolar de consumo de frutas
y hortalizas en la Comunidad de Madrid