



## **Gazparejo (Entre gazpacho y salmorejo)**

**Nivel de dificultad: Fácil**

**Para 6 raciones**

**Tiempo de preparación: 15 min.**

### **Ingredientes:**

Para el Gazparejo:

1. 50 ml. de aceite de oliva virgen extra 0,50 €
2. 30 gr. de pan (yo uso de tipo candeal) 0,10 €
3. 1 kg. de tomates rojos maduros 1,40 €
4. 1 huevo (independientemente de la cantidad de tomates, se añade solo uno ya que se añade para darle suavidad a la textura de la mezcla) 0,10 €
5. 1 diente de ajo con la hebra del centro quitada (o más ajo si os gusta más picante) 0,05 €
6. 1/2 vaso de agua 0,01 €
7. sal 0,01 €

Para la guarnición (aquí ya entra la imaginación de cada uno):

1. 100 gr. chanquetes (peces plata). Lo podéis encontrar en cualquier súper, en la sección de congelados 0,80 €
2. 60 gr. de harina para rebozar los chanquetes y los gambones (en un plato hondo) 0,15 €
3. 3 gambones 0,90 €
4. un poco de sésamo 0,05 €

**Total 4,07 €** para 6 raciones ¡bueno , bonito y barato!. Sale a 0,68 € por ración

### **Utensilios:**

1. Una batidora eléctrica: thermomix, batidora de vaso o batidora de brazo
2. boles y tablas de cortar
3. sartén
4. Colador y tamiz
5. cucharas y cuchillos





# Loleta

## Life, Market & Cooking



### Preparación:

1. Lavar los tomates. Retirarles la parte superior y trocearlos para añadirlos a la batidora (no hace falta pelarlos).
2. Al ajo se le quita la hebra central para que no repita, y se añade. Se añade el aceite de oliva y el medio vaso de agua. Se moja el pan en agua, se trocea con las manos y se une a los tomates.
3. Se añade el huevo fresco. El huevo le dará la textura suave y cremosa que no es habitual encontrar en estas recetas. Se sazona todo.
4. Se bate bien. Dependiendo de la potencia de la batidora que uséis se tardará más o menos en conseguir una textura cremosa. Si usáis Thermomix, bastarán dos minutos en velocidad 10. Si usáis una batidora de vaso, necesitaréis unos 3 minutos, y si usáis una batidora de brazo, os recomiendo que lo hagáis en dos veces, repartiendo los ingredientes por la mitad.
5. Una vez que se han mezclado bien los ingredientes y se haya conseguido una textura cremosa, se pasa por un colador para quitar los restos que hayan podido quedar de las pieles y las semillas de los tomates, etc. Como se hace en al menos un par de tandas, se puede rectificar al gusto de sal, ajo o aceite.
6. Para hacer nuestra guarnición, poner aceite en una sartén y dejar que se caliente bien. Si tenemos, freidora encenderla a 180°.
7. Pasar los chanquetes (peces plata), por harina para rebozarlos. Poner harina en una plato hondo y enharinar los chanquetes. Para eliminar la harina sobrante, pasarlos por un colador o un tamiz.
8. Sazonarlos y freírlos a fuego fuerte durante unos cinco minutos hasta verlos doraditos. Reservar.
9. Pelar los gambones. Insertarlos en palito de brocheta, enharinarlos y freirlos en abundante aceite caliente hasta que los gambones se vuelvan naranjas. Finalmente, para darle un toque sofisticado, pasarlos por sésamo. esta receta también permite hacer versiones mini para cocktail.





# Loleta

## Life, Market & Cooking



10. En copa de coctel, poner un cucharón del gazparejo. Poner un montoncito de chanquetes en el centro, y colocar la brocheta de gambones en un lado. Presentación espectacular, ingredientes básicos y naturales, sabores familiares y pocas calorías. No se puede pedir más... ¡Ah sí!. No se os olvide mojar las gambas y los chanquetes en el gazparejo... ¡están espectaculares!

