

GASPATXO DE SÍNDRIA

Autora: Montserrat Tàpia, cuinera



PRIMER PLAT / PER A 4 PERSONES / DIFICULTAT: FÀCIL / 30 MINUTS

INGREDIENTS

400 g de tomàquet pera

600 g de síndria

100 g de cogombre

50 g de ceba tendra

50 g de pebrot verd

Sal i pebre

40 ml de vinagre de poma

100 ml d'oli d'oliva

ELABORACIÓ

Pelar els tomàquets.

Pelar i treure la grana de la síndria.

Pelar i treure les llavors del cogombre.

Trossejar la ceba i el pebrot.

Triturar-ho tot amb la sal, el pebre i el vinagre.

Afegir l'oli i emulsionar.



ANY INTERNACIONAL DE LES
FRUITES I VERDURES
2021

Fem salut, amb fruites i verdures!

ELEMENTS ESSENCIALS DE LA TEVA ALIMENTACIÓ