

*Gli editoriali.*

## LA RICETTA DEL GAZPACHO

Un piatto iconico spagnolo fresco e saporito che si prepara velocemente e con pochi ingredienti.

Insieme alla **paella**, il **gazpacho** è una delle ricette più iconiche della cucina spagnola, famosa per il suo sapore fresco, perfetto per le calde giornate estive. Questo piatto, a base di **verdure crude**, è un'opzione leggera e nutriente, ideale per chi cerca qualcosa di sano ma gustoso. Sebbene la sua origine sia spagnola, il gazpacho è conosciuto e apprezzato in molte varianti anche in altre cucine mediterranee. La ricetta del gazpacho ha radici antiche e può essere ricondotta alle tradizioni contadine dell'**Andalusia**, dove il piatto veniva preparato come piatto unico rinfrescante durante le calde giornate di lavoro nei campi.

Nella sua versione classica, il gazpacho viene servito **freddo** ed è un mix di **pomodoro**, **cetriolo**, **peperone**, **cipolla** e **olio d'oliva**, tutti ingredienti che danno vita a un concentrato di freschezza e sapore. Esistono diverse varianti, tra cui la **ricetta catalana del gazpacho**, che può includere anche il **pane raffermo**, un ingrediente che dona una consistenza più densa alla preparazione. Vediamo quindi **come si prepara il gazpacho**, una versione semplice e saporita da realizzare facilmente a casa.

**Tempo preparazione:** 15 minuti

**Difficoltà:** Facile

**Ingredienti per 4 persone:**

- Pomodori maturi – 6
- Cetriolo – 1 medio
- Peperone rosso – 1
- Cipolla rossa – 1 piccola
- Aglio – 1 spicchio
- Aceto di vino rosso – 1 cucchiaio
- Olio extravergine d'oliva – 4 cucchiai
- Sale – q.b.
- Pepe nero – q.b.
- Pane raffermo (opzionale) – 2 fette
- Acqua fredda – 100 ml (circa)
- Foglie di basilico fresco (per guarnire) – q.b. (opzionale)



## Procedimento

### 1. Prepara gli ingredienti

Inizia lavando e pulendo tutte le verdure. Prendi i pomodori, tagliali a metà e rimuovi i semi, poi tagliali a pezzi più piccoli. Sbuccia il cetriolo e taglialo a fette. Prendi il peperone, rimuovi il picciolo e i semi, quindi taglialo a cubetti. Sbuccia la cipolla e l'aglio. Se decidi di usare il pane, spezzettalo in piccoli pezzi.

### 2. Frulla gli ingredienti

Metti tutti gli ingredienti preparati in un frullatore o in un robot da cucina. Aggiungi anche il cucchiaio di aceto di vino rosso, l'olio extravergine d'oliva, un pizzico di sale e pepe nero a piacere. Se hai scelto di usare il pane raffermo, aggiungilo a questo punto. Per una consistenza più fluida, puoi aggiungere l'acqua fredda.

### 3. Frulla e controlla la consistenza

Frulla gli ingredienti fino a ottenere una crema liscia e omogenea. Se ti sembra troppo denso, aggiungi ancora un po' di acqua fredda per raggiungere la consistenza desiderata. Se preferisci un gazpacho più rustico, puoi frullare per meno tempo, lasciando qualche pezzetto di verdura.

### 4. Aggiusta di sale e pepe

Assaggia il gazpacho e, se necessario, aggiusta di sale e pepe. Se vuoi un sapore più intenso, puoi anche aggiungere un altro cucchiaio di aceto o un filo d'olio d'oliva. Per chi ama il sapore più piccante, un pizzico di peperoncino può dare una marcia in più.

### 5. Riponi in frigorifero

Una volta che il gazpacho è pronto, mettilo in frigorifero e lascialo riposare per almeno un'ora. Il piatto si serve freddo, quindi è importante che si raffreddi bene prima di consumarlo. Se hai tempo, puoi prepararlo anche il giorno prima per intensificare i sapori.

### 6. Servi

Al momento di servire, versa il gazpacho nei piatti, guarnisci con foglie di basilico fresco e un filo d'olio d'oliva.

Non dimenticare che puoi personalizzare la ricetta originale del gazpacho aggiungendo o rimuovendo ingredienti a piacere, come il **pane** per una consistenza più corposa o qualche **spezia** per un tocco aromatico in più.

Prova subito a preparare il gazpacho a casa, con pochi ingredienti e un po' di fantasia, potrai gustare un piatto estivo sano e rinfrescante!