

GASPACHO DE VERÃO COM VIEIRAS GRELHADAS



Revista
Ago. | Set. 08

Fotos: Nuno Campos
Chef: Jens Rittmeyer

PARA 4 PESSOAS

Tempo de preparação: 15 min.

Tempo de cozedura: 5 min.

INGREDIENTES

250 g de ervilhas congeladas Bonduelle • 200 g de iogurte grego Dodoni com 2% de gordura • 60 ml de vinagre Forum Chardonnay • 80 ml de óleo de avelã Bizac • 100 ml de leite magro Sao Lourenzo • 6 corações de alface Dulze • Flor de Sal Belamandil • 8 vieiras muito frescas • 1 limão

PREPARAÇÃO

Reserve meio coração de alface e algumas ervilhas para a decoração • Misture a maioria das ervilhas, os corações de alface, o iogurte, o óleo de avelã e o leite num liquidificador durante, no mínimo, 5 minutos • Passe pelo passador e tempere com vinagre e sal • Grelhe as vieiras durante 1 minuto de cada lado • Tempere com flor de sal e sumo do limão espremido na altura • Divida a sopa por pratos fundos bastante frios • Guarneça com o meio coração de alface finamente cortado, as restantes ervilhas e as vieiras grelhadas • Salpique com algumas gotas de óleo de avelã