

Soupe froide salée fraises & tomates

Ingrédients

Pour 3 à 4 personnes :

- 200g de tomates cerises
- 250g de fraises équeutées
- 2 cuillères à soupe de citron
- 1 cuillère à café de poivre de cayenne
- 1 à 2 cuillères à café de sel
- Poivre
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 3 grandes feuilles de menthe
- 4 branches de basilic

Comment procéder ?

- Bien rincer les tomates et les fraises
- Mettre dans un bol les tomates, les fraises, le citron, le poivre de cayenne, le sel, le poivre, l'huile d'olive, la menthe et le basilic
- Mixer le tout avec un mixer ou un blender
- Ajuster l'assaisonnement et mettre au frais au moins 30 minutes
- Servir avec une feuille de menthe et un peu de basilic

Astuces :

- Cette soupe peut constituer un apéro ou un plat
- Accompagné de pain avec de la feta (le tout au four) vous fera un repas complet et léger.



Mettez du pep's dans votre assiette ! 😊