



# Sopa de tomate com abacate

## Ingredientes (para 1 porção)

4 tomates médios

1/2 abacate (100 g)

1/2 cebola roxa

4 tomates-cereja

2 colheres (sopa) de azeite de oliva extra virgem

Vinagre de xerez ou de vinho tinto

Pimenta

Sal (restringir em caso de hipertensão, aumentando a quantidade de vinagre e pimenta para compensar)

## Preparo

1. Lavar e cortar os tomates em pedaços regulares. Colocá-los dentro de um recipiente.
2. Bater com um mixer ou liquidificador até obter um creme fino e homogêneo.
3. Adicionar uma pitada de sal, a pimenta, uma colherada de vinagre e um pouco de azeite de oliva.
4. Bater novamente e manter frio. Se ficar muito espesso, acrescentar água fria.
5. Descascar e cortar a cebola roxa à julienne.
6. Cortar o abacate em fatias finas e os tomates-cereja em metades.
7. Servir a sopa de tomate em um prato fundo ou tigela, e, por cima, colocar os demais ingredientes. Finalizar com um fio de azeite e um toque de pimenta.