

Gaspacho de Melancia e Lima

Tempo total **10 Mins.** **10 Mins.** Tempo de preparação

Informação nutricional (por porção)

465 kJ / 111 kcal

Proteína: **3,9 g**

Hidratos de carbono: **19,8 g**

INGREDIENTES

2 Porções

- 1** dente de alho pequeno
- 1** pimento (laranja)
- 300 g** de melancia (polpa)
- 60 g** de tomates cherry
- 1** pepino pequeno
- 1 colher de chá** de sumo de lima
- 2,5 colheres de chá** [Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente](#)
- 1** Pimenta
- 1** lima pequena
- Algumas folhas de manjeriço

PREPARAÇÃO

Passo 1

Descasce o alho, retire as sementes do pimento e liquidifique os dois com metade da polpa da melancia, os tomates e o pepino.

Passo 2

Tempere a sopa com sumo de lima, molho de soja Kikkoman e pimenta. Corte o resto da melancia em cubos e adicione.

Passo 3

Corte a lima em fatias e depois em quartos.

Passo 4

Coloque a sopa em tigelas, acompanhe com a lima e o manjeriço e sirva.