



SOPA FRÍA DE REMOLACHA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 400 g de remolacha
- 80 g de cebolla
- 125 g de yogur natural
- 100 ml de nata líquida
- 100 g de copos de puré de patata
- 600 ml de caldo de verdura
- 2 g de pimienta molida

LA PREPARACIÓN

- Poner en una cazuela, el caldo y añadir la cebolla pelada y troceada. Remover.
- Añadir la remolacha. Tapar y dejar a fuego lento 15 - 20 minutos.
- Incorporar a la cazuela el resto de los ingredientes. Añadir pimienta al gusto y batir hasta conseguir una crema suave.
- Meter en la nevera y servir muy fría.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos
de carbono
29.2 g

Grasas
12.8 g

Kcal
262

Proteínas
5.5 g