



SOPA DE BACALAO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 400 g de bacalao desalado
- 1 unidad de naranja
- 40 g de aceite de oliva
- 3 dientes de ajo
- 10 g de comino
- 10 g de pimentón dulce
- 1 unidad de rebanada de pan
- vinagre
- sal

LA PREPARACIÓN

- Coloca en una cacerola 1 ½ litro de agua a hervir con la piel de la naranja. Mientras tanto, cocina el bacalao con el mismo vapor que se desprende del agua en ebullición.
- Reserva el caldo caliente. Machaca en un mortero el pan, el comino, los ajo y luego incorpora el pimentón. Asegúrate de que queda como una crema.
- Añade al caldo, sazona y cocina todo unos 10 minutos. Sirve en cada plato una porción de bacalao y por encima el caldo.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 6 g	Grasas 11.3 g
Kcal 196	Proteínas 16.7 g