



SOPA DE APIO,PERA Y CANELA

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 480 g de pera
- 750 ml de caldo de pollo
- 500 g de apio
- 120 g de cebolla
- 40 g de aceite de oliva virgen
- 2 g de canela
- 125 ml de nata líquida
- 10 g de nueces picadas
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 16.4 g	Grasas 27.3 g
Kcal 334	Proteínas 3.1 g

- Pela la cebolla y córtala a trozos. Calienta el aceite en una cazuela y sofríe la cebolla unos 5 minutos procurando que no se queme. Mientras, lava el apio, separa las ramas y reserva las hojas tiernas para la sopa.
- Una vez que la cebolla se empiece a dorar, troce el apio y añade a la cazuela junto con las hojas tiernas. Sofríe todo unos minutos y salpimienta. A continuación, vierte el caldo de pollo y lleva a ebullición. Ahora pela y corta las peras a dados, y añade al resto de la sopa. Agrega media cucharadita de canela en polvo. Cubre la cazuela, reduce el fuego y deja cocer suavemente