



SOPA FRÍA DE COLES Y MANZANA VERDE

Ingredientes:

- 250 gr coliflor
- 250 gr brócoli
- 2 piezas manzana verde
- 2 piezas limón (jugo)
- ½ pieza cebolla blanca picada finamente
- 1 cucharada curry amarillo
- 1.200 ml caldo de pollo
- ½ taza crema ácida
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto

Procedimiento:

1. Lava y desinfecta las coles. Escurre y reserva.
2. Pela y retira el corazón de las manzanas, córtalas en láminas delgadas y rocíalas con jugo de limón. Reserva.
3. Derrite la mantequilla sobre una cazuela, agrega la cebolla, tapa y cocina durante unos minutos moviendo de vez en cuando. Agrega el curry y remueve un par de minutos más.
4. Añade los ramilletes de brócoli y coliflor así como las láminas de manzana. Vierte el caldo de pollo y hierva. Sazona y deja cocer 20 minutos a fuego lento sin tapar la cazuela.
5. Conserva unos ramilletes de coliflor y brócoli para decorar y licua la preparación anterior.
6. Deja enfriar y añade la crema. Refrigerera durante 3 horas.
7. Sirve y presenta con los ramilletes de coles que reservaste.

Tiempo de preparación:

45 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

4