



SOPA DE VERDURAS

 Porciones: 4  Tiempo de preparación 40 minutos

 Comida

INGREDIENTES

- 1 tomate
- 3 dientes de ajo
- 1 cebolla grande
- 2 zanahorias
- 50 g. de apio
- 50 g de puerro
- 1/4 de un repollo blanco
- Sal y pimienta al gusto
- Un poco de nuez moscada
- 2 cucharadas de perejil picado
- 2 litros de agua
- 1 ramita de cilantro
- Margarina sin sal La Villita

MODO DE PREPARACIÓN

Una sopa de verduras siempre es una delicia, ¡prepárala hoy mismo!

Lavamos muy bien todas las verduras, las cortamos, con excepción del tomate que será en tiras (procura que sea fina para que a la hora de la cocción todo se haga antes).

Reservamos todas las verduras en un bol. Lavamos y picamos el perejil. Reservamos.

Elegimos una cazuela grande y a fuego bajo, calentamos un poco de margarina sin sal en el fondo e introducimos el ajo. Salteamos hasta que comience a tener un color dorado. Añadimos todas las verduras incluyendo el perejil.

Cocinamos todo durante 2 minutos más. Agregamos el agua. Cocemos a fuego moderado durante unos 30 minutos, con la cazuela un poco tapada. Durante ese tiempo no hace falta remover la sopa.

Añadimos sal, pimienta y un toque de nuez moscada rallada. Sólo al final de la cocción de la sopa. Servimos y para decorar espolvoreamos con un poco de cilantro picado o perejil.

¡Disfrútalo!