

Receta de Sopa de mariscos y vegetales



Ingredientes para Sopa de mariscos y vegetales

- 7oz. De mariscos (camarones, almejas, mejillones, pulpo, y calamar)
- $\frac{3}{4}$ taza de Pimiento morrón
- $\frac{3}{4}$ taza de zanahoria
- 1 diente de ajo
- $\frac{5}{8}$ taza de Apio
- 1 Tomate bien rojo
- Sal
- Pimienta
- Aceite Canola

1. Alistar todos los ingredientes.



2. Picamos la zanahoria, el pimiento morrón en cubos pequeños. Cortamos el ajo en láminas muy delgadas y en una olla mediana, pondremos 4 cucharas de aceite y luego el ajo y los vegetales.



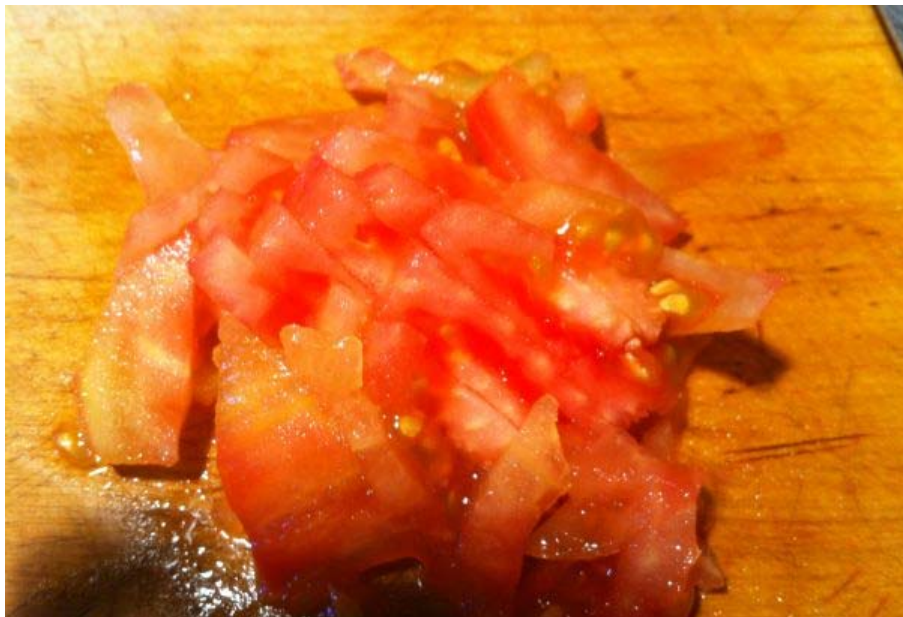
3. Cortamos el apio en cubos pequeños y lo agregamos al salteado



4. Agregamos los mariscos cuando los vegetales estén ligeramente dorados



5. Pelamos y cortamos el tomate de manera tosca, no importa la forma mientras no quede muy grande.



6. Ponemos el tomate junto con el resto de ingredientes y adicionamos un poco de sal y pimienta. Dejamos cocinar por uno 30 minutos a fuego muy bajo.



8. Listo.

