

sopa de verduras

Ingredientes

- 1 cebolla
- 4 o 5 patatas
- 2 o 3 zanahorias
- 2 o 3 puerros
- 1 manojo de acelgas
- 1 tallo de apio
- 1 cucharada de sal

Preparación

Pon agua a hervir.

Pelar y cortar en trozos las cebollas, las patatas, las zanahorias y los puerros (conservar sólo la parte blanca y el principio de lo verde de los puerros). Colócalos en un colador.

Enjuague las verduras bajo el grifo y luego tírelas al agua con sal.

Cortar el primer tercio del tallo de apio en rodajas (la parte que tiene las hojas), enjuagar y echar a la cacerola.

El agua debe cubrir las verduras 1 o 2 cm.

Cortar las hojas de acelgas. No conservar las nervaduras blancas que forman hilos. Enjuague las hojas y agréguelas a la sartén con las demás verduras.

Si es olla a presión, cerrar y cocinar durante 12 minutos después de que pita.

De lo contrario, cocine durante 30 minutos después de hervir.

Mezclar la sopa. Puedes añadir un chorrito de aceite de oliva o crème fraîche a los platos.

Variante

Sudar las verduras en cubos pequeños en aceite de oliva en el fondo de la sartén.

Luego agregue el agua hirviendo.