

Receta: SOPA DE ALCACHOFAS Y AGUACATE

TIEMPO DE PREPARACIÓN



SOPA DE ALCACHOFAS Y AGUACATE

Sopa

20
minutos

INGREDIENTES

carne de 3 alcachofas, cocidas
3/4 l. de caldo de pollo
1/2 taza de crema de leche
2 porros, picados finos
1 cucharada de aceite de oliva
1/4 de taza de vino blanco
sal
pimienta
1 aguacate
1/4 taza de nueces, picadas
1 taza de aguacate, en cubos

INSTRUCCIONES

Calentar una olla a fuego medio. Verter el aceite de oliva y cocer el poro hasta que esté transparente. Apagar con vino blanco y seguir cocinando hasta que se evapore el alcohol

Añadir la carne de las alcachofas y el caldo de pollo. Cocinar hasta que comience a hervir. A último minuto añadir el aguacate y la crema de leche. Licuar hasta obtener una crema homogénea. Sazonar y servir decorando con las nueces y aguacate en cubos

DIFICULTAD

BAJA

RENDIMIENTO

4
porciones