



Sopa de zanahoria y jengibre suave

Ingredientes

- 2 zanahorias grandes, peladas y cortadas en trozos
- 1 papa mediana, pelada y cortada en trozos
- 1 litro de caldo de vegetales bajo en sodio
- ½ cucharadita de jengibre fresco rallado
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Sal al gusto

Preparación

1. Caliente el aceite de oliva en una olla a fuego medio.
2. Agregue las zanahorias, la papa y el jengibre.
3. Saltéelos por un par de minutos.
4. Incorpore el caldo de vegetales y deje cocinar a fuego medio hasta que las verduras estén tiernas.
5. Retire del fuego y triture todo con una licuadora de inmersión hasta obtener una textura suave.
6. Sirva tibia.

