

Sopa de calabaza: la receta con un ingrediente secreto para un plato rico, barato e ideal para el frío

09/05/2024



La **sopa de calabaza** es una **receta** perfecta para los días de bajas temperaturas. Aprendí a preparar este plato ideal con un **ingrediente secreto** para el otoño de una manera muy sencilla y en poco tiempo.

Los **ingredientes necesarios** para preparar la **receta de sopa de calabaza**

- 500 gramos de calabaza
- 200 gramos de cebolla

- 500 mililitros de agua
- 1 pastilla de caldo de pollo concentrado
- 1 chorro de aceite de oliva
- crema de leche (opcional)
- **Ingrediente secreto: un trozo de manteca**

El paso a paso de la receta de sopa de calabaza con un ingrediente secreto

1. Empezar quitando la piel a la calabaza y cortarla en dados.
2. Pica la cebolla y luego échale un chorro de aceite en una olla y un trozo de manteca para que la cebolla quede dorada.
3. Cuando la cebolla empiece a cambiar de color, añadí la calabaza y rehógala un poco.
4. Luego añadí el agua y dejala ebulir. También se puede agregar caldo de pollo o caldo de verduras en lugar de agua para dar más sabor al puré de calabaza casero.
5. Una vez hierva el agua, añade la pastilla de caldo de pollo concentrado, remueve y cocina la crema o sopa de calabaza casera a fuego medio durante aproximadamente media hora, hasta que la verdura esté blanda.
6. Colocá la sopa en una batidora eléctrica y triturarla para que quede bien cremosa hasta que no queden grumos. Además, chequear si necesita sal y aprovechar el momento para agregarle.
7. Como opción para que quedé más espesa, agregarle un poco de crema de leche. Ahora sí, la sopa está lista para disfrutar y para un toque crocante, se puede decorar con unos garbanzos tostados con especias, unos crutones o incluso un poco de queso crema.

Fuente: Radio Mitre