

## SOPA DE VERDURAS

### Ingredientes:

- Medio puerro.
- 2 ramitas de apio.
- 2 zanahorias.
- 1 cebolla
- 50 gramos de hojas de acelgas.
- Agua.
- 2 dientes de ajo.
- 1 patata.
- Medio bulbo de hinojo.
- ¼ de Col lisa o col de Milán.
- Un ramillete de cilantro.
- Sal marina (opcional).
- Aceite de oliva virgen extra, un chorrito.



### Preparación:

- 1º. Lavamos bien las verduras y las troceamos, en daditos.
- 2º. En un cacerola ponemos todas las verduras y un poco de agua que solo cubra para cocinar.
- 3º. Cocinaremos con fuego bajo hasta que comience a hervir.
- 4º. Una vez que comience a hervir añadimos un poquito de sal marina al gusto o nada y un chorrito de aceite de oliva virgen.
- 5º. Cocinamos con fuego bajo hasta que las verduras estén tiernas.
- 6º. Cuando estén tiernas, apagamos el fuego.
- 7º. La sopa de verduras podemos tomarla caliente o fría como más no apetezca.

### Comentarios a la receta:

- ✓ Esta sopa de verduras podemos tomarla caliente o fría como más no apetezca.

**¡Digestivo, depurativo y de temporada!**