

# Sopa con Polpetas

Tiempo de preparación: 60 Min



## Ingredientes

**Apio:** 2 Varas

**Ajo:** 2 Dientes

**Papa pelada:** 1 unidad

**Zanahoria:** 2 Unidades

**Zapallito:** 1 unidad

**Cebolla:** 1 unidad

**Laurel:** 2 hojas

**Puerro:** 3 Unidades

**Zapallo:** 250 Gramos

## Para las Polpetas

**Ajo rallado:** 1 Diente

**Huevo:** 1 Unidad

**Carne picada:** 500 Gramos

**Perejil:** c/n A gusto

**Queso Parmesano Rallado:** 100 Gramos

**Nuez Moscada:** c/n A gusto

**Leche:** 100 c.c.

**Miga de pan:** 150 c.c.

**Albahaca:** c/n A gusto

## Preparación de la Receta

- Colocar en una olla *cebolla* picada gruesa, *apio* en trozos de 1 cm, *puerro* en rodajas, *zanahoria*, *zapallo* y zapallito rallados, *ajo*, *papa* en mitades, hojas de *laurel* y cubrir con agua.
- Llevar a fuego a hervor suave por 45 minutos.

## Para las Polpetas

- Mezclar en un bowl de carne picada, queso parmesano, miga de pan,
- Leche, *ajo*, nuez moscada, *albahaca* picada, *perejil* picado, sal, *huevo*.
- Mezclar con las manos hasta integrar y armar las polpetas (albóndigas) dándoles forma oval.
- Agregar a la olla con la base de la **sopa** y cocinar por 10 minutos.
- Servir en plato hondo y terminar con aceite de oliva y queso parmesano rallado.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/sopa-con-polpetas>