

Sopa Cruda de Palta

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Armado

Aceite de coco: c/n

Semilla de chía: c/n

Crackers

Comino: c/n

Cúrcuma: c/n

Curry: c/n

Agua: 800 cc

Harina de girasol: 1 Kilo

Ajo: 1 Diente

Levadura nutricional: 20 grs

Mix de semillas: c/n

Sal rosada: c/n

Leche de almendras

Agua: 1 Litro

Almendras remojadas: 100 grs

Sopa

Azúcar integral: 1/2 cda

Cebolla: 20 grs

Cilantro: c/n

Leche de almendras: 600 cc

Palta: 100 grs

Sal rosada: c/n

Preparación de la Receta

Crackers

- Licuar *ajo*, *levadura* nutricional, agua y *condimentar* con *cúrcuma*, *comino* y *curry*.
- Mezclar *harina* de girasol tamizada y mezclar con el licuado.
- Estirar la mezcla cremosa de 4 mm. sobre placa siliconada con espátula.
- Espolvorear la superficie con mix de semillas y llevar a horno deshidratador hasta secar y que esté crocante.

Leche de almendras

- Licuar almendras remojadas con agua, pasar por lienzo, escurrir bien y reservar.

Sopa

- Licuar **palta**, *cebolla* en cubos, azúcar integral, sal, *cilantro* y leche de almendras.
- Servir con cubos de *palta*, hojas de *cilantro*, escamas de aceite de coco y semillas de *chia* por encima.
- Acompañar con las crackers raw.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/sopa-cruda-de-palta>