

Sopa de Calabaza y Arroz

Tiempo de preparación: 45 Min



Ingredientes

Aceite: 1 Chorrito

Caldo: 2 Litros

Perejil: c/n

Queso rallado: c/n

Calabaza: 1 Kilo

Arroz integral: 1 Taza

Pimienta: c/n

Sal: c/n

Mix de frutos secos

Jengibre rallado: 1 cdita

Jugo de Limón: 1 y 1/2 cdas

Mix de frutos secos: 250 Gramos

Sal: c/n

Ajo: 1 Diente

Mantequilla: 2 cdas

Pimienta: c/n

Salsa de soja: 2 cdas

Preparación de la Receta

Sopa

- En una olla caliente con aceite, *saltear* cubos de **calabaza** por unos minutos.
- Añadir caldo hasta cubrir, **arroz** integral, tapar y dejar *hervir* suavemente hasta cocinar el **arroz** y las calabazas.
- Una vez *cocido* todo, procesar con *mixer* y corregir sazón.
- Servir con queso rallado, *perejil* picado y el *mix* de frutos para acompañar.

Mix de frutos secos

- En una sartén con *mantequilla*, *saltear* un *mix* de frutos secos -nueces pecan, nueces, castañas de *cajú*, *maní*, almendras-.
- Agregar *ajo* picado, salsa de soja, *jugo* de *limón*, *jengibre* rallado, sal, pimienta, mezclar y dejar hasta caramelizar
- Reservar.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/sopa-de-calabaza-y-arroz>