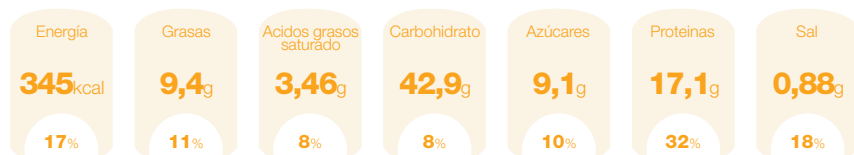




Sopa minestrone

Fase : **Activa**

Por ración | Aportes de referencia%



Dificultad: ★★★★★

Coste: ★★★★★

Categoría
Plato

Listo en
10 min

Cocinado
20 min

Ingredientes

para 1 persona

- 40 g de macarrones
- 50 g de judías blancas en conserva
- ½ calabacín
- 1 tomate grande
- 1 zanahoria
- 1 rama de apio
- ½ diente de ajo picado
- 1 cucharadita de aceite de oliva
- 15 g de queso parmesano
- ½ pastilla de caldo de verduras concentrado
- 1 ramito de hierbas variado (tomillo, laurel, perejil)
- 3-4 hojas de albahaca fresca
- sal y pimienta

Preparación

1. Lava, pela y corta las verduras en dados.
2. Calienta en una olla el aceite de oliva y rehoga el ajo de 1 a 2 minutos.
3. Añade las verduras, las judías blancas, la pastilla de caldo de verduras, el ramito de hierbas y 500 ml de agua.
4. Tapa la olla y deja cocinar durante 10 minutos a fuego medio. Después, añade los macarrones y deja que siga cocinando durante 10 minutos más.
5. Para terminar, espolvorea queso parmesano rallado, añade la albahaca, la sal y la pimienta a tu gusto.