

SOPA DE TOMATE Y ZANAHORIA



4 porciones



30 minutos

INGREDIENTES

- 500 gr. de tomates cherry
- 4 zanahorias medianas, peladas y cortadas
- 1 cabeza de ajos, punta cortada
- Sal y pimienta al gusto
- 3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 3 tazas de caldo de vegetales o pollo
- Yogurt griego o crema, para decorar, opcional

INSTRUCCIONES

1. Calentar el horno a 400 F (200 C). En una bandeja para hornear mediana, agregar los tomates, las zanahorias cortadas y la cabeza de ajo.
2. Verter el aceite de oliva, la sal y pimienta, mezclar todo bien y hornear por 30 minutos. Después del tiempo, sacar y dejar enfriar un poco.
3. En el recipiente de la batidora, agregar los tomates, zanahorias, el líquido que esté en el fondo de la bandeja y presionar el ajo para exprimir los ajos asados, licuar y luego poco a poco agregar el caldo, para obtener la textura que más te guste. *Si la quieres bien cremosa, solo agregar 2 tazas de caldo.*
4. Servir caliente agregando un poco de crema o yogurt griego, y listo para disfrutar.

NOTAS:

*Guardar cualquier sobrante en un recipiente hermético en el refrigerador durante 5 a 7 días.

*Para congelar, dejar que la sopa se enfríe a temperatura ambiente. Luego, transferirlo a recipientes aptos para el congelador y congelar hasta por 2 meses. Descongelar durante la noche en el refrigerador y volver a calentar en una olla en la estufa a fuego medio-bajo.