



una pizca de Luna



10
MINUTOS



40
MINUTOS



4 PORCIONES

Ingredientes:

- 1 cebolla amarilla, cortada en cuartos
- 2 zanahorias, cortadas en rebanadas gruesas
- 4 pimientos rojos, cortados en cuartos sin semillas
- 1 taza de tomates cherry
- 1 cabeza de ajo, cortar la parte superior
- Sal y pimienta al gusto
- 2 ramitas de romero fresco
- 2 taza de caldo de verduras o de pollo
- 1 taza de crema para batir, o leche de coco o de soja
- Aceite de oliva o de aguacate

SOPA DE PIMIENTOS ROJOS ASADOS

Instrucciones:

1. Calentar el horno a 210 C (410 F) y cubrir una bandeja para hornear con papel pergamino.
2. Cortar la cebolla, las zanahorias y los pimientos rojos en cuartos y colocarlos sobre la bandeja junto con los tomates cherry y la cabeza de ajo entera.
3. Rocíar todo ligeramente con aceite de oliva, espolvorear con sal, pimienta y las ramitas de romero fresco, y hornear por 35 minutos, hasta que las verduras estén tiernas y ligeramente caramelizadas.
4. Una vez asadas, colocar todas las verduras en el recipiente de la licuadora y exprimir los dientes de ajo ablandados para separarlos de la piel y mezclarlos, licuar, y luego transferirlos a una olla sopera.
5. Agregar la crema y de 1 a 2 tazas de caldo de verduras; mezclar y probar y ajustar la sazón al gusto, añadiendo más sal y pimienta si lo deseas. Servir caliente, con pan crujiente para mojar si lo deseas y ser muy feliz.