

Sopa de coliflor con pescada



**Nombre de la receta**

Sopa de coliflor con pescada

**Tiempo**

45 Minutos

**Dificultad**

Sencilla

**Personas**

4

**Alérgenos**

Pescado

**Descripción**

Saludable receta de coliflor con pescada en caldo.

**Ingredientes**

- 1 coliflor mediana
- 2 filetes de pescada
- 1 trozo de bacalao salado
- 1 cebolla grande
- 3 dientes de ajo
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de sal

## Pasos

- 1** Para preparar nuestra sencilla receta cortamos los cogollitos de la coliflor quitando la parte dura. Los picamos en trocitos pequeños como para sopa.



- 2** Por otra parte quitamos la piel a los filetes de pescada si la tuvieran y lavamos en el grifo el trocito de bacalao para quitar el exceso de sal. Cortamos todo en trozos pequeños.



- 3** A continuación, en una cacerola, ponemos el aceite de oliva y pochamos la cebolla y el ajo bien picados.



- 4** Una vez tengamos el sofrito, añadimos los trozos de pescada con el bacalao. Reguisamos hasta que empiece a dar olor el bacalao sofrito con el pescado. Ahora añadimos las flores de coliflor y removemos todo.



- 5** Cubrimos de agua, salamos al gusto y esperamos a que todo esté cocido. Añadiremos más agua o menos según deseemos. Ya tenemos lista nuestra sopa.



## Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

**Autor**

Matilde Linares