

Sopa dorada de espárragos trigueros



Nombre de la receta

Sopa dorada de espárragos trigueros

Tiempo

30 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

Gluten

Descripción

Sopa hortelana o dorada de espárragos trigueros y patatas

Ingredientes

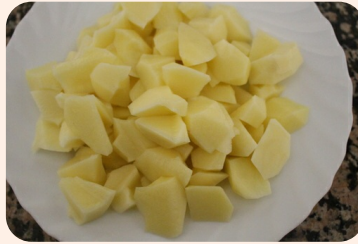
- 1 manojo de espárragos trigueros
- 1 patata grande
- 200 gramos de pan de pueblo
- 5 dientes de ajo
- 200 mililitro de aceite de oliva
- al gusto de sal

Pasos

1 Comenzamos nuestra receta cortando trozos de pan de pueblo del día anterior y reservamos.



2 Por otra parte, pelamos la patata y la partimos en trozos como se ve en la imagen.



3 En una sartén hondita, ponemos el aceite y las freímos.



4 Mientras se fríen las patatas partimos la parte blanda de los espárragos en trozos como de unos 3 centímetros. Los lavamos y escurrimos bien el agua. Añadimos un poquito de sal.



5 En una sartén base ancha ponemos 3 o 4 cucharadas de aceite. Añadimos los ajos pelados y picados y los ponemos a dorar.



6 En cuanto den olor, añadimos los espárragos y removemos para que se vayan haciendo.



7 Cuando las patatas estén fritas, las sacamos y las escurrimos bien. Una vez que los espárragos y los ajitos se han rehogado bien, añadimos las patatas, un vaso de agua y dejamos hervir para que se vayan mezclando los sabores.



8 Como se habrá quedado un poco seca, añadimos un poco de agua y ponemos las sopas de pan. Por último, esperamos a que se consuma el caldo y se quede doradita la sopa por debajo como si fuera una tortilla. Cuando creamos que está dorada por debajo, damos la vuelta con ayuda de un plato o una tapa y doramos por el otro lado. Ya no nos queda nada más que sacar en un plato nuestra sopa dorada y listo para comer.



Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

Autor

Matilde Linares