HerZechef 👆



SOPAS Y CREMAS · VEGETARIANO

Sopa fría de melón

2 raciones 292 kcal

Ingredientes

- **1/2** melón
- **100ml** de nata líquida
- Menta o hierbabuena al gusto
- Sal
- Pimienta negra
- Un hilito de aceite de oliva bueno

POR RACIÓN

Proteínas	**4,4 g**
Grasas	**18 g**
Hidratos	**33 g**
Fibra	**3,4 g**

Elaboración

1. Partir el melón y trocearlo para que sea más fácil triturarlo en la batidora
2. Añadir la nata líquida, un puñadito de menta, una pizca de sal y pimienta negra molida
3. Tapar la batidora y triturar hasta obtener una sopa fina y sin grumos
4. Rematar con un hilito de aceite de oliva bueno y un poco más de menta o hierbabuena

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto