

RECETAS PARA EL ALMUERZO

RECETAS DE SOPA

SOPA DE BRÓCOLI

KETO

Sirve: **4**
Tiempo de **10** Actas
preparación:
Tiempo de **30** Actas
cocción:
Tiempo **40** Actas
total:

INGREDIENTES

- **aceite de oliva**
- **1 taza de caldo de pollo**
- **1 taza de nata para montar**
- **6 oz. de queso cheddar rallado**
- **sal**
- **5 onzas de brócoli**
- **1 tallo de apio**
- **1 zanahoria pequeña**
- **½ cebolla**

DIRECCIONES

- 1. En una olla añadir aceite de oliva a fuego medio**
- 2. Añada la cebolla, la zanahoria y el apio y cocine durante 2-3 minutos**
- 3. Añade el caldo de pollo y cocina a fuego lento durante 4-5 minutos**
- 4. Incorporar el brócoli y la nata**
- 5. Espolvorear el queso y sazonar con sal**