

SOPA DE ESPINACAS KETO

Sirve: **2**
Tiempo de **5** Actas
preparación:
Tiempo de **15** Actas
cocción:
Tiempo **20** Actas
total:

INGREDIENTES

- **¼ lbs. de espinacas**
- **2 oz. de cebolla**
- **¼ lbs. de crema de leche**
- **½ oz. de ajo**
- **1 pastilla de caldo de pollo**
- **1,5 taza de agua**
- **1 cucharada de**

mantequilla

INSTRUCCIONES

- 1. En una cacerola derrita la mantequilla y saltee la cebolla**
- 2. Añade el ajo, las espinacas y la pastilla de caldo y la mitad del agua**
- 3. Cocinar hasta que las espinacas se marchiten**
- 4. Vierta todo en una licuadora y mezcle, añada agua**

5. Servir con pimienta y nueces tostadas