

REDcetas hortícolas



NOMBRE DEL PLATO

Sopa de hojas de
rabanito.

NOMBRE DEL CENTRO EDUCATIVO

Equipo educativo Red de Huertos
Escolares Sostenibles

TIPO DE PLATO

Plato principal.

INGREDIENTES

- Hojas de 10-12 rabanitos aprox.
- 1 patata
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra.
- 600 ml de caldo vegetal.
- Sal.



PREPARACIÓN

1. Lava bien las hojas de los rabanitos y córtalas en trozos pequeños.
2. Lava, pela y trocea la patata.
3. Pon a calentar el aceite en una cazuela a fuego medio y saltea las hojas durante 30 segundos.
4. Añade el caldo vegetal, la patata, la sal y lleva a ebullición.
5. Tapa la cazuela con su tapa y deja cocer durante 15 minutos aprox.
6. Sazona la sopa con sal y un poco de aceite.
7. Sirve caliente.

