

Sopa de carne y verduras



Dificultad: □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 3hrs. 0min

Tiempo total: 3hrs. 15min , Número de porciones: **5**

0 Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

Autor: Maria

Url: <https://srecetas.es/sopa-de-carne-y-verduras>

Preparación

En una olla grandem caliente el aceite a fuego medio-bajo. Agregue los puerros y saltee hasta que estén suaves, unos 4-5 minutos, agregar el ajo, la zanahoria y el pimiento amarillo y freír otros 2-3 minutos. Añadir la carne, la pimienta, las hojas de laurel, el perejil y el agua, tapar y llevar a ebullición. Dejar cocer a fuego lento cubierto durante 3 horas, hasta que la carne se vuelva sensible. Retire la carne de vaca, colóquela sobre una tabla de cortar y triture con un tenedor. Volverla a la olla y agregar el repollo y las patatas, condimente con sal y pimienta según sea necesario. Cocine hasta que las papas y el repollo estén tiernos, unos 45 minutos más.

Ingredientes

- 2 cucharada/s Aceite de oliva
- 2 Cebollas Verdeo-Puerros picadas
- 2 dientes de Ajo
- 3 Zanahorias medianas picadas
- 1 Pimiento amarillo picado
- 6 taza/s Agua
- 2 Hojas de laurel
- 1/4 taza Perejil picado
- 1 Repollo pequeño picado
- 1 Papa grande pelada y cortada en cubitos
- 1 poco Pimienta fresca recién molida
- 500 grs. Solomillo - Lomo

Categorías

Un día normal, Vegetariana, Todo el año, Económico, Carne, Vegetales, Comida para todos los días, Para/con niños, Familia, Un pobre estudiante, Chicas delgadas, Sopa

