

# Sopa mixta



**Dificultad:** 🍴🍴🍴🍴🍴

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 1hrs. 15min

Tiempo total: 1hrs. 30min , Número de porciones: **6**

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

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/sopa-mixta>

## Preparación

Caliente el horno a 175°C. Rocíe 1 cucharada de aceite de oliva en la calabaza y espolvorear con sal. Coloque el lado cortado hacia abajo sobre la fuente. Hornear durante 30 a 45 minutos (dependiendo del tamaño) o hasta que esté tierna. Remover de la piel y cortar en cubos grandes. Rocíe una olla grande de fondo pesado con la otra cucharada de aceite de oliva. Agregar las zanahorias y la cebolla a la olla con 1 cucharadita de sal. Saltear hasta que estén tiernos. Añadir la leche de coco y el caldo de verduras. Añadir el curry en polvo, el garam masala y el comino. Añada la calabaza asada. Llevar a ebullición y reducir a fuego lento. Cocine a fuego lento, hasta que se rompa la calabaza asada, durante 15 - 20 minutos, Servir y adornar con cebollín picado.

## Ingredientes

- ✓ 1 Calabaza mediana
- ✓ 2 cucharada/s Aceite de oliva
- ✓ 1 taza/s Zanahoria picada
- ✓ 1 taza/s Cebolla picada
- ✓ 2 cucharadita/s Curry en polvo
- ✓ 1 cucharadita/s Garam masala
- ✓ 1 cucharadita/s Comino
- ✓ 400 cc. Leche de coco
- ✓ 4 taza/s Caldo de verduras
- ✓ 1 puñado/s Cebollín picado
- ✓ 1 poco Sal
- ✓ 1 poco Pimienta

## Categorías

Un día normal, Otoño, Invierno, Económico, Vegetales, Exótica, Comida para todos los días, Ingrediente extra, Familia, Una cocinera experta, Sopa

