

# SOPA FRÍA DE CALABACÍN



| Fácil



| 10 min.



| 4 raciones



| €/ración

## INGREDIENTES

- 2 calabacines
- 1 pimiento verde
- ½ pepino
- ½ cebolla tierna
- 1 diente de ajo
- 1 vaso y medio de agua (0,5 l)
- 4 c.s. aceite de oliva virgen extra
- 1 c.s. vinagre de manzana
- Albahaca fresca
- Sal



## ALÉRGENOS




DIÓXIDO DE AZUFRE  
Y SULFITOS

## ELABORACIÓN

1. Lavar los calabacines y pelar el pepino.
2. Poner todos los ingredientes en un vaso de batidora. Triturar hasta que quede una textura uniforme. Añadir más agua si se prefiere una textura más líquida. Rectificar de sal. Servir.

## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

 por ración	<b>energía</b> 124 Kcal	<b>hidratos de carbono</b> 4,5 g	<b>azúcares</b> 4,4 g	<b>Grasas</b> 10,4 g	<b>grasas saturadas</b> 1,4 g	<b>Proteínas</b> 1,8 g	<b>Fibra</b> 2,2 g	<b>Sal</b> 1,2 g
---	----------------------------	-------------------------------------	--------------------------	-------------------------	----------------------------------	---------------------------	-----------------------	---------------------

## NUTRI-SCORE



### ¡EVITA EL DESPERDICIO!

- Utiliza la piel del pepino para saborizar el agua. Seguro que así te resulta más sencillo beber.

### CONSEJOS CONSCIENTES

- Puedes servir con unos trocitos de tomate o mozzarella.
- Esta es una receta muy refrescante y fácil de llevar. Utilízala para tus “comidas para llevar”.