



SOPA DE GAMBES

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 250 g de gambes
- 40 g de oli d'oliva
- 2 unitats de creïlla
- 2 dents de all
- 10 g de julivert
- 1000 ml de caldo casolà
- 1 unitat de llesca de pa
- 5 g de pebre roig
- safrà (colorant alimentari)
- sal
- pebre

LA PREPARACIÓ



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 15.5 g	Grases 11.3 g
Kcal 194	Proteïnes 7.2 g

- Bull 1 litre d'aigua amb sal. Quan arranque el bull tira-hi les gambes i deixa-les bullir fins que canvien de color. Trau-les amb l'espumadora i col·loca-les en un recipient amb aigua freda. Reserva el caldo. Pela les gambes i reserva-les.
- Pica els alls, el pa i el julivert, i sofrig-ho en una paella amb les 4 cullerades d'oli.
- Afig-hi el pebre roig i cuina-ho 2 minuts més. Aboca el caldo de la cocció, el safrà i les creïlles, continua la cocció fins que estiguen tendres per a fer-les puré.
- Afig-hi les gambes i cuina-ho 5 minuts més.
- Salpebra-ho i servix-ho calent.