



SOPA DE BRÓCOLI

 5 minutos 15 minutos 4 porciones

INGREDIENTES

- 15 gramos de echalot, pelado y en mitades
- 20 gramos de aceite
- 450 gramos de brócoli crudo
- 450 gramos de agua
- 1/2 cucharadita de tomillo seco [1 g]
- 1 cucharadita de sal [6 g]
- 200 gramos de queso fresco de cabra, para decorar

MÉTODO DE PREPARACIÓN

1º Sigue los pasos en Cookidoo® en tu TMX®

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORCIÓN [286 g]	% DDR
ENERGÍA	58 kcal	165 kcal	8 %
GRASA	3 g	8 g	12 %
GRASAS SATURADAS	0 g	0 g	2 %
COLESTEROL	5 mg	13 mg	4 %
SODIO	205 mg	585 mg	24 %
H. CARBONO	4 g	11 g	4 %
AZÚCARES	-	-	-
FIBRA ALIMENTARIA	1 g	3 g	13 %
PROTEÍNA	5 g	15 g	-