

# Sopa crema de verduras y albahaca

Fortificada en nutrientes con **CN PLUS** sin sabor

## Ingredientes



2 medidas de CN  
Plus sin sabor



1 zanahoria



1/4 calabaza



1/4 boniato  
zanahoria



1 cta. de sal



Pimienta  
a gusto



1/2 taza de  
caldo de cocción



Puñadito de  
albahaca fresca



5 hojitas de  
cilantro fresco



3 hojitas de  
tomillo



6 gotas de  
limón



1 cda. de  
aceite de oliva

## Procedimiento

Hervir en abundante agua con sal la zanahoria pelada, junto con el boniato pelado y la calabaza sin las semillas. Cocinarlos hasta que estén tiernos al pincharlos con un tenedor.

Poner en la licuadora las verduras sin piel y la pulpa de la calabaza. Agregar el caldo de cocción, las hierbas frescas, el limón y aceite de oliva. Si gusta, agregar condimentos como curry, cúrcuma o comino en polvo. Licuar. Cuando entibie, agregar el CN Plus sin sabor. Servir y consumir inmediatamente.

# Sopa crema de verduras y albahaca

Fortificada en nutrientes con **CN PLUS** sin sabor

-  Sin lactosa
-  Apto para celíacos
-  Nutrición completa y balanceada
-  14 vitaminas y 14 minerales

**Sopa fortificada en energía, proteínas, vitaminas y minerales**

<i>Sopa</i>	Con CN	Sin CN
Energía (Kcal)	461	214
Proteínas (g)	13,7	2,7

Agregarle CN PLUS sin sabor a la sopa crema, le aumenta a más del doble su aporte de energía, y 5 veces su aporte de proteínas. A su vez, adiciona 14 vitaminas y 14 minerales.

*Recetario*  
mixing

