

SOPA DE ZANAHORIA, GENGIBRE Y COCO EN THERMOMIX

Ingredientes:

- 125 gms de Cebolla
- 15 gms de Aceite de Coco
- 30 a 50 gms de jengibre fresco pelado en rebanadas
- 500 gms de Zanahorias peladas en trozos
- 500 gms de agua (2 taza)
- 1 lata de Leche de Coco de 400 ml
- ½ cucharita de Sal

Preparación:

1. Colocar en el vaso la cebolla y el aceite de coco y picar 5 segundos, velocidad 5. Bajar los restos de las paredes del vaso. Cocinar 10 minutos a 70°C a velocidad 1, sin cubilete.
2. Agregar al vaso el jengibre en rebanadas, las zanahorias en trozos y el agua y cocinar 25 minutos a temperatura de 100°C y a velocidad 1.
3. Agregar la leche de coco, la sal y licuar 2 minutos a velocidad 9.
4. Servir caliente o fría