



Sopa de guisantes

Receta de V-ZUG AG



Preparación	10 Min.
Tiempo de cocción	25 Min.
Porciones	4

Sopa de guisantes de color verde claro, primaveral, con aceite de hierbas aromático y crème fraîche de menta. Un entrante elegante que, visual y gustativamente, captura la esencia de la primavera.

Aceite de hierbas

- 150 ml aceite de girasol
- 40 g perejil, solo hojas
- 20 g eneldo, solo hojas
- 15 g cebollino, picado grueso

Sopa de guisantes

- 1 cda aceite de oliva
- 2 chalotas, finamente picado
- 1 diente de ajo, finamente picado
- 100 g apio nabo, en pequeños cubos
- ½ cda azúcar
- algo de sal
- 100 ml vino blanco
- 650 ml caldo de verduras
- 150 ml crema
- 500 g guisantes congelados
- algo de sal
- algo de pimienta





Sirviendo

50 g crème fraîche

2 ramitas de menta, solo hojas, finamente picadas

algo de sal

algo de pimienta

Aceite de hierbas

Caliente aceite de girasol en una sartén a fuego medio (nivel 6) a aproximadamente 55 °C. Coloque el aceite caliente con las hierbas en una batidora y mezcle a alta velocidad durante aproximadamente 8 minutos. Forre un colador con muselina o un paño de colado fino, cuele cuidadosamente el aceite de hierbas, exprimiendo bien el paño. Vierta el aceite de hierbas en una botella protegida de la luz, déjelo enfriar y guárdelo en el refrigerador.

Sopa de guisantes

Caliente mantequilla y aceite de oliva en una sartén a fuego medio-alto (nivel 6-7). Saltee chalotas, ajo y apio hasta que estén translúcidos. Añadir azúcar y un poco de sal, verter vino blanco y dejar reducir ligeramente. Añada caldo de verduras, cubre y lleva a ebullición a fuego alto (nivel 8). Reduzca a fuego bajo o medio (nivel 3-4) y cocine a fuego lento durante aproximadamente 15 minutos. Añada nata y guisantes, deje hervir a fuego lento durante 5 minutos más. Triture finamente y pase por un colador fino de nuevo a la sartén. Sazone la sopa con sal y pimienta

Emplatado

Mezcle crème fraîche y menta, sazone con sal y pimienta. Sirva la sopa y termine con la crème fraîche de menta y un chorrito de aceite de hierbas.

Accesorios

Cazo (aprox. 16 cm ø)

Cacerola con tapa (aprox. 20 cm ø)

Información complementaria

Creado el

07.04.2026

