

thermomix

Sopa de verduras y jamón con huevo poché



TM-31

Total: 35 min

Kcal./Ración: 292,5 kcal.

INGREDIENTES PARA 4 RACIONES:

- 1-2 dientes de ajo
- 30 g de aceite de oliva virgen extra
- 100 g de jamón serrano troceado
- 1 calabacín con piel troceado
- 1 puerro cortado en rodajas
- 1 zanahoria troceada
- 1 tomate
- 1 cebolla
- 4 champiñones
- 700 g de agua
- ½ cucharadita de sal
- 4 huevos

PREPARACION

- Pon en el vaso los ajos y trocea 5 seg Vel 7. Baja con la espátula los trozos de ajo hacia las cuchillas.
- Agrega el aceite y el jamón y sofríe 7 min Varoma Vel 1. Retira y reserva el sofrito de jamón y ajos.
- Sin lavar el vaso, pon las verduras y los champiñones cortados en trozos grandes y trocea 5 seg Vel 4.
- Añade el agua, la sal y el sofrito reservado. Programa 15 min Varoma Vel 1.
- Mientras tanto, prepara los huevos. Corta un cuadrado de film transparente y pincélalo con aceite. Colócalo sobre el cubilete e introduce los dedos para formar un saquito. Casca 1 huevo dentro, espolvoréalo con sal y cierra el saquito con una tirita de film transparente o con una banda elástica. Repite la operación con los huevos restantes y colócalos en la bandeja Varoma. Sitúa el Varoma en su posición y programa 10 min Varoma Vel 1. Sirve la sopa con los huevos pochés.

