

Sopa de Papas y Puerro con Queso



Sirve:

8 raciones

Pieza:

5 Qt./4.7 L Multi-Purpose Oil Core

7" Santoku Knife

Valora: ★★☆☆☆

Contribuido por:

Karen Petersen

Editora de Recetas Colaboradora

[Agregar un Comentario](#)

680 gramos
de papas rojas, en cubos
(1½
libras)

178 gramos
de puerro, en rodajas con el Cono #4
(2
tazas)

1,4 litros
de caldo de pollo, bajo en sodio
(6
tazas)

6 gramos
de ajo en polvo
(2
cucharaditas)

4 rebanadas de tocino, cocido, desmenuzado y dividido
55 gramos
de harina, tamizada
(½
taza)

339 gramos
de queso cheddar fuerte, sin grasa, rallado con el Cono #1
(3
tazas)
sal y pimienta al gusto

Preparación :

1. Colocar los cubos de papa, los puerros, el caldo, el ajo en polvo y la mitad del tocino en la olla MP5.
2. Batiendo lentamente, incorporar la harina tamizada; 1 cucharada a la vez.
3. Tapar y establecer la sonda de temperatura a 80°C/180°F y cocinar durante 4 horas, o hasta que las papas estén tiernas al pincharlas con un tenedor.
4. Revolviendo lentamente, incorporar el queso; un poco a la vez.

5. Agregar sal y pimienta al gusto, y adornar con el tocino restante y queso adicional, si lo desea.

Información nutricional por ración

Calorías: 410
Grasa Total: 24g
Grasa 12g
Saturada:
Colesterol: 57mg
Sodio: 483mg
Carbohidratos: 27g
Fibra 2g
Dietética:
Azúcar: 1g
Proteína: 19g
