COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Sopa fría de pepino y yogur

Receta para 2 personas

Preparación: 10 min
Total: 10 min
Dificultad: Muy fácil

INGREDIENTES

- [ ] 2 unidades Pepino
- [ ] 125 g Yogur natural
- [ ] Medio Zumo de limón
- [ ] 2 cdas Aceite de oliva virgen extra
- [ ] Al gusto Sal
- [ ] Al gusto Pimienta negra molida
- [ ] Al gusto Menta

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, pela los pepinos (opcional si la piel es fina) y córtalos en trozos.

2. En una licuadora o batidora, añade los pepinos, el yogur, el ajo (si usas), las hojas de menta, el zumo de limón y el aceite de oliva.

3. Tritura hasta obtener una textura suave y cremosa.

4. Si está muy espesa, añade un poquito de agua fría hasta lograr la consistencia deseada.

5. Salpimienta al gusto.

---

6. Deja enfriar en la nevera al menos 1 hora antes de servir. ¡Y listo!