

# Sopa cruda estilo caldo

---

## INGREDIENTES

- 1 taza de repollo rallado
- ½ taza de brócoli finamente picado
- ½ taza de espinaca picada, que sea orgánica, del huerto
- ½ taza de cebolla y rábano picados
- ⅓ de taza de aliño
- 1 ¼ de taza de consomé de verduras bien calentito
- ½ taza de cilantro picado
- 1 taza de aguacate
- 4 cucharaditas de jugo de limón

## PROCEDIMIENTO

En un recipiente colocar el repollo, el brócoli, la espinaca, la cebolla y el rábano, el aliño, el consomé, agregar el cilantro, el aguacate, el jugo de limón y disfrutar.

## ENLACE AL VIDEO

<https://player.vimeo.com/video/282914368>

## AUTORA

Lic. en Nutrición Liz Juárez de Puesan