

SALSE E CONDIMENTI

Sopa de ajo

Origine: Messico

DOSI

4 persone

■ Ingredienti per 4 persone

Aglio	6 spicchi
Olio d'oliva	1 cucchiaio
Estratto di carne	1 cucchiaio
Acqua	2 tazze
Prezzemolo	2 ciuffi
Alloro	1 foglia
Pane senza sale	2 fette
Burro ammorbidito	1 cucchiaio
Albumi d'uovo ben montati	2

■ Preparazione

- 1 Con la parte piatta del coltello schiacciare gli spicchi d'aglio e farli appassire, ma non colorire, con l'olio in una casseruola larga.
- 2 Aggiungere l'acqua, l'estratto di carne sciolto in poca acqua tiepida, il prezzemolo pulito e la foglia di alloro. Portare a ebollizione, ridurre la fiamma, coprire e far sobbollire per 40 minuti.
- 3 Nel frattempo, spalmare il burro sulle fette di pane, tagliarle in 4 parti e farle tostare in forno a 200 gradi fino a quando saranno ben croccanti e leggermente colorite.
- 4 Filtrare la zuppa bollente ed eliminare aglio, prezzemolo e alloro. Incorporare delicatamente e gradualmente una tazza di zuppa agli albumi, mettere il composto nella casseruola, mescolare e servire immediatamente guarnendo ogni piatto con 2-3 fette di pane tostato.