

Castilla La Mancha

Tiempo




15'

Raciones



6

Alérgenos

 Cereales
con gluten

Alternativas

 Sin gluten

Sopa de ajo

El origen de la sopa de ajo castellana podría estar en los pastores trashumantes que recorrían las dos mesetas, y que no podían cargar con muchos víveres

Ingredientes

- 6 dientes de ajo laminados
- 1 cucharada sopera de pimentón dulce en polvo
- 8 rebanadas de pan duro tostado
- 2 l de agua filtrada
- 75 ml de aceite de oliva virgen extra
- Sal

Es una receta de aprovechamiento del pan duro y en algunas versiones se le añade a la sopa un huevo escalfado.

Elaboración

1. En una olla poner a calentar el aceite y sofreír los ajos. Cuando se haya dorado, retirar del aceite y reservar.
2. Añadir el pimentón al aceite y después volver a agregar los ajos y mezclar.
3. Verter el agua, cuando rompa a hervir, incorporar las rebanadas de pan.
4. Cocinar a fuego medio suave, durante 4 a 5 minutos y servir caliente.

También hay otras versiones de la sopa de ajo donde se añaden unos tacos de jamón y/o chorizo.

Alternativas

Para la versión sin gluten, simplemente, utilizar un pan sin gluten.