

Descubre las 5 sopas ideales para invierno

[Descubre las 5 sopas ideales para invierno](#)

[imprimir](#)



Las **sopas** son la pócima perfecta para calentarnos, nutrirnos y recomponernos en invierno. Son un buen aporte de vitaminas y minerales en forma líquida, y sientan estupendamente al cuerpo. En Chef Plus nos encantan y, aunque en el recetario encontrarás decenas de ellas, hoy te hablamos de nuestras preferidas:

1. [Sopa de remolacha y puerro](#): su intenso color rojo te hipnotizará. La remolacha es un alimento rico en propiedades antioxidantes y también es fuente de fibra. Sin gluten ni lactosa, es cardiosaludable, baja en grasas y apta para vegetarianos.



2. [Sopa castellana con huevo](#): gastronomía 100% española. Esta sopa es ligeramente más calórica, pero una delicia para el paladar. Una receta tradicional con embutido del país, huevo y verduras. Irresistible.



3. [Sopa de brotes de soja](#): ligera, cardiosaludable, nutritiva, libre de lactosa... Es perfecta para una dieta baja en grasas y también te la recomendamos para recomponerte de un catarro. Una buena inyección de vitaminas y minerales.



4. [Sopa griega Kakawia](#): la más exótica. Esta receta con pescado blanco, gambas, algunas verduras y especias te dejará con la boca abierta. Es más densa pero mucho menos calórica que otras, y un primero perfecto para un menú saludable.



5. [Sopa de almendras](#): ¿Suena bien, verdad? De nuevo te animamos a cocinar con frutos secos y, desde luego, no podías perderte esta sopa. Es fuente de calcio, magnesio y fósforo, y posee un sabor dulzón. Estamos seguros de que te encantará.



No olvides echar un vistazo a la categoría de [Sopas y Cremas](#) de nuestro recetario. Encontrarás recetas para todos los gustos y elaboradas con más ingredientes de los que puedas imaginar. Prueba y cuéntanos.

Etiquetas

[Sopa castellana](#)

[sopa de almendras](#)

[Sopa griega Kakawia](#)

[Sopa de remolacha y puerro](#)

[Sopa de brotes de soja](#)

[sopas y cremas](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar