

# Sopa de brotes de soja

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15'
- 15'
- 4



Comentario nutricional

Esta receta es una opción válida como primer plato para una dieta hipocalórica siempre que reduzca la cantidad de salsa de soja empleada.

## **Modo express**

1. Lave los brotes de soja con delicadeza. Pele la cebolla, los ajos y la patata, y píquelos con el resto de las verduras.
2. Disponga las verduras y los brotes de soja en la cubeta, junto con el aceite y la salsa de soja. Remueva y vierta las 7 medidas de agua.
3. Cierre la tapa y programe el menú Presión a 135º durante 15 minutos.
4. Al finalizar la cocción, si desea que la sopa quede un poco más espesa triture unas cucharadas de sopa y añada la crema resultante a la cubeta. Rectifique la sal y sirva caliente.