

# SOPA MINESTRONE

## Preparación:

- Pele las cebollas, los ajos y las zanahorias y córtelos en cuadraditos. Lave el hinojo, pártalo en cuatro trozos y quítele el tronco. Corte el hinojo en rodajas.
- Eche en la olla del AutoCook 2 c. s. de aceite de oliva, los dados de tocino, y la verdura preparada.
- Seleccione el programa **Sopas** y la opción **Medio** y pulse el botón de **Inicio para fase 1. Cierre la tapa**, cuando hayan transcurrido unos 3 minutos, vuelva a abrir la tapa, salpimiente y remueva el conjunto de vez en cuando dejando la **tapa abierta** hasta que suene la señal.
- Añada vino tinto en la olla para desglasar la verdura. Añada a la verdura los tomates, las judías con el líquido de cobertura y el caldo, remueva y **cierre la tapa**. Pulse el botón de **Inicio para fase 2**. Mientras la sopa hierve con la **tapa cerrada**, lave y limpie el calabacín, pártalo en cuartos en trozos de 1 cm de grosor.
- 10 minutos antes de que termine el tiempo del programa seleccionado (o según las indicaciones del envase) abra la tapa y añada la pasta y el calabacín a la sopa. Remueva y deje que termine de cocer con la **tapa abierta** hasta que suene la señal.
- Incorpore la mitad del queso parmesano. Lave y deshoje la albahaca. Salpimiente la menestra, rocíela con aceite de oliva y sívala con las hojas de albahaca y el resto del parmesano.

## Consejo de Bosch:

Para hacer una versión vegetariana, simplemente prescinda del tocino y utilice 2 c. s. más de aceite de oliva. El vino tinto también es opcional y se puede sustituir por caldo de verdura o un chorrito de vinagre.

## RACIONES: 8

**Programa:** Sopas medio (2 fases)

**Calorías por ración:** 363 kcal

**Tiempo de cocción (sin precalentamiento):**

AutoCook - 30 min.

AutoCook Pro - 30 min.

## Ingredientes:



2 cebollas (rojas)



2 dientes de ajo



2 zanahorias grandes  
(unos 250 g)



6 c. s. de aceite de oliva



100 g de tocino en tacos



800 g de tomates troceados



2 bulbos de hinojo



100 g de pasta para sopa italiana (p. ej., mezze penne o pasta en forma de caracol)



800 ml de caldo de verduras



2 calabacines (unos 300 g)



400 g de judías blancas pequeñas (frasco o lata, peso incl. líquido de cobertura)



125 g de queso parmesano rallado



1/2 manojo de albahaca para adornar



125 ml de vino tinto



Sal y pimienta recién molida

