

Sopa de Zanahorias y Zapallo con Canela y Calabaza

POR OSVALDO GROSS



INGREDIENTES

- 500 g zanahorias
- 1 calabaza o zapallo anco de un kilo
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- 1 bulbo de hinojo
- 1 litro de caldo de verduras o de ave
- 1 hoja de laurel
- Ramitas de tomillo
- 250 g garbanzos hervidos
- 2 cucharas de canela molida Chango
- 1 cucharita de cúrcuma o curry molida
- Aceite de oliva c/n
- 2 cucharadas de almidón de maíz Chango

PREPARACIÓN

- Cortar la calabaza en mitades. Rociar con aceite de oliva y poner a cocinar en el horno hasta que esté tierna. Retirar la pulpa. Lavar y pelar las zanahorias. Cortar en rodajas finas. Pelar y cortar la cebolla y los dientes de ajo. Poner a cocinar con un poco de aceite de oliva hasta dorar. Unir las zanahorias. Lavar y cortar en trocitos el bulbo de hinojo. Unir en la cacerola. Poner el laurel, el tomillo y la mitad del caldo y cocinar hasta que todo esté tierno. Si hace falta, agregar más caldo. Agregar unos 500 g de zapallo ya horneado. Retirar el laurel y tomillo. Licuar todo. Salpimentar. Incorporar una cucharada de almidón de maíz mezclado con una cucharada de aceite de oliva. Hervir la sopa por un minuto. Rectificar la consistencia agregando más caldo. En una sartén poner los garbanzos con apenas de aceite de oliva, la canela molida y el curry. Mezclar bien. En el momento de servir la sopa, calentarlos a fuego vivo para que queden crocantes y llenos de sabor. Servir la sopa con los garbanzos y opcionalmente una cucharada de crema de leche puesta al final.