



Susana Sánchez

Universidad de Navarra

clínica de nutrición

SOPA FRÍA DE MELÓN

Tiempo total: 5 mins

Raciones: 8

Ingredientes:

- 1 KILO DE MELÓN CORTADO EN TROZOS
- 200 GR DE LECHE EVAPORADA IDEAL® Ó 2 YOGURES NATURALES DESNATADO
- 1 CUCHARADITA DE SACARINA O UNAS GOTAS DE STEVIA
- 1 PIZCA DE SAL
- JAMÓN SERRANO CORTADO EN TIRAS FINAS Y PEQUEÑAS PARA ADORNAR
-
-

Preparación:

1. Pon en el vaso el melón en trozos y **tritura 1 minuto**
2. Añade la leche evaporada, la sacarina, , la sal y la pimienta y **mezcla 1 minuto**
3. Prueba si está bien sazonada e introduce en la nevera en una jarra hermética hasta el momento de servir para que esté bien fresquita. Decora con las virutas de jamón serrano. Listo