



Sopa de tomate con aguacate

Ingredientes (para 1 ración)

4 tomates medianos

1/2 aguacate

1/2 cebolla morada

4 tomates cherry

2 c/s de aceite de oliva virgen

Vinagre de jerez

Pimienta

Sal (restringir en caso de hipertensión, aumentando la cantidad de vinagre y pimienta para contrarrestar)

Elaboración

1. Limpiar y cortar los tomates a trozos regulares. Disponerlos dentro de un recipiente.
2. Triturar con una batidora eléctrica hasta obtener una crema fina y homogénea.
3. Añadir una pizca de sal, la pimienta, una cucharada de vinagre y un poco de aceite de oliva virgen.
4. Volver a triturar y reservar en frío. Si queda muy espesa, añadir agua fría..
5. Pelar y cortar la cebolla morada en juliana.
6. Cortar el aguacate a láminas y los tomates cherry a mitades.
7. Servir la sopa de tomate en la base de un plato hondo o un bol, y encima, los demás ingredientes. Acabar con un chorrito de aceite y un toque de pimienta.