



Sopa fría de espárragos y naranja

Ingredientes (para 1 ración)

150 g de espárragos blancos en conserva

El zumo de media naranja

2 c/s de zumo de limón

1 c/s de aceite de oliva virgen extra

Sal (restringir en caso de hipertensión y retención de líquidos)

Pimienta

Elaboración

1. Escurrir bien los espárragos. Reservar una punta para decorar.
2. Triturarlos con el resto de los ingredientes y rectificar de sal y pimienta.
3. Servir con un poco de piel de naranja rallada por encima y la punta de espárrago troceada.