



Caldo de cebada

8 tazas agua hirviendo 1 taza apio picado
1/2 taza cebada integral 1 taza puré de tomate
1/2 taza frijoles tiernos cortados 1 cdta. savita o sal perejil cortado(opc.)
1/2 taza guisantes + vainas (opc.)

1. Cueza a fuego lento los vegetales y la cebada en agua hasta que estén suaves.
2. Pase por un colador para quitarle las fibras ásperas.
3. Agregue el puré de tomate y la savita. Agregue perejil picado antes de servir (opc.).