

Cocinero: **Gloria Lucía y Elías Martín**
 Rest.: ... **El Empalme (Rionegro del Puente, Zamora)**

Tiempo: **15 min.**
 Categoría: **Sopas**

Coste: **Bajo**
 Dificultad: **Baja**

Ingredientes

(Para 4 personas)

Pan migado del día anterior **1 barra**
 Senderuelas de Zamora **200 gr**
 Agua o caldo **2 litros**
 Ajo machacado (no picado) **3 dientes**
 Aceite **C.S**
 Huevo batido **1 unidad**

Elaboración

Para la sopa

Poner el agua a calentar con tres pastillas de caldo concentrado, o usar en su lugar una reducción o fondo de caldo.

Se calienta el aceite y en él se dora el ajo dos minutos y tres minutos las setas, previamente lavadas. Se añade al ajo con aceite y se cocina durante cinco minutos.

Para el pan

Una vez salteadas las setas se incorpora el pan durante dos minutos y luego el caldo, dejándolo hervir durante cinco minutos.

A continuación se incorpora el huevo batido

mezclando con un tenedor o batiendo dentro de la cazuela para que éste no se cauje. Se hierva dos minutos más y ya está listo para tomar.

Montaje del plato

En un plato sopero se vierte la sopa castellana de senderuelas y se sirve muy caliente. Se puede completar el plato espolvoreando polvo de setas por encima antes de ponerlo sobre la mesa.

Consejo

Esta es una sopa castellana con muy poca grasa y sin pimentón. Ideal para quitar el frío, aunque contenga pan no es excesivamente calórica por el bajo contenido en grasa. Y además se puede elaborar con otros tipos de setas como boletus, macrolepiotas, chantharellus o mezcla de varias.

El plato es solo la mezcla de nuestras sopas de toda la vida con un producto que ha existido siempre llamado setas pero que ahora se ha puesto de moda.

