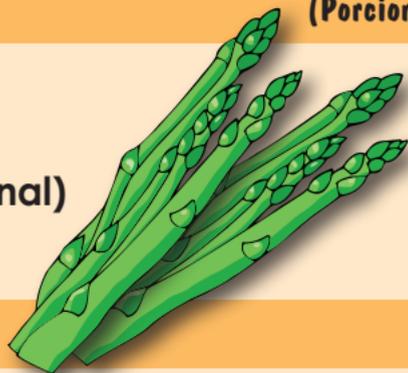


Sopa de Espárragos Sencilla

Ingredientes:

- 1 lata de 15 onzas de espárragos
- 1 lata de 14.5 onzas de caldo de pollo
- ½ taza de leche descremada o 1% (opcional)
- Sal y pimienta para darle gusto

(Porciones 4)



Instrucciones:

- 1 Licue los espárragos (junto con el líquido de la lata) hasta que estén completamente suaves.
- 2 Caliente los espárragos y el caldo de pollo en una cacerola a fuego medio.
- 3 Revuelva en leche descremada o 1% (si la está usando) y déjela hervir a fuego lento.
- 4 Agréguele sal y pimienta, para darle gusto.
- 5 Sírvalo y disfrútelo.



Child Health Initiative for Lifelong Eating & Exercise