

CALDO DE CAMARÓN

1 porción
Costo: \$51.00

INGREDIENTES

- 3 jitomates
- 2 chile guajillo desvenado
- ½ cucharadita de aceite vegetal
- Caldo de pescado
- 1 taza de zanahoria blanqueada en cubitos
- ½ taza de papa cocida en cubitos
- Epazote al gusto
- 6 camarones medianos pelados

PROCEDIMIENTO

1. Licuar el jitomate y chile. Colar y reservar.
2. Sazonar lo anterior en una olla con el aceite hasta que el jitomate cambie de color.
3. Añadir el caldo de pescado y cocinar a fuego medio por 5 minutos.
4. Agregar las verduras y epazote.
5. Agregar los camarones y hervir a fuego bajo por 2 minutos más.
6. Servir.

CUADRO NUTRIMENTAL

	1 porción
Energía (kcal)	192
Proteínas (g)	11
Hidratos de Carbono (g)	28
Fibra (g)	6
Lípidos (g)	3
Colesterol (mg)	54.6