



Sopa de Platano

Description

This great soup is very easy to cook and does not require many ingredients. In just a few minutes you'll enjoy a rich dish. It's perfect for a mid-week meal or starter.

Sopa de Platano or Plantain Soup (English version below)

- 2 o 3 platanos verdes
- 500 gramos de Costillas de res o carne para sudado (Opcional)
- 1 gajo de cebolla verde
- 1 ramillete de cilantro
- 2 cubos de caldo de carne
- 1 cucharadita de comino
- 1 cucharadita de triguisar o condimento completo
- 1 manojo de cilantro fresco picado
- Sal y pimienta al gusto

Preparacion

1. Pele y corte en pedazos medianos los platanos.
2. Ponga las costillas de res en una olla, el platano, un gajo de cebolla, el ramillete de cilantro, cubrir con agua fria y sazonar con sal y pimienta.
3. Ponga la olla a fuego medio bajo y cocine durante 30 minutos, o hasta que este cocido.
4. Saque los pedazos de platano y triturelos en una licuadora junto con media taza del caldo.
5. Agregue el pure de platano, condimento completo, comino y el caldo de carne a la olla.
6. Cuando empiece a hervir de nuevo, reducir a fuego bajo y cocine lentamente durante 15 minutos.
7. Agregar agua caliente si se comienza a secar demasiado.
8. Decore con el tajadas de aguacate y cilantro.

Plantain Soup (English version)

- 2 or 3 green plantains
- 500 grams of beef or beef ribs to sweat (Optional)
- 1 slice green onions
- 1 bunch of coriander
- 2 beef bouillon cubes
- 1 teaspoon cumin
- 1 teaspoon triguisar or all purpose seasoning
- 1 bunch chopped fresh coriander
- Salt and pepper to taste

Preparation

1. Peel and cut the plantain into medium pieces.
2. Place beef ribs in a pot, the plantain, piece of onion, the bouquet of cilantro, cover with cold water and season with salt and pepper.
3. Put the pot over medium low and cook for 30 minutes, or until cooked.
4. Remove the plantain pieces and shred them in a blender with half a cup of the broth.
5. Add the mashed plantain, all purpose seasoning, cumin and beef bouillon to the pot.
6. Bring mixture to boil again, reduce heat to low and cook slowly for 15 minutes.
7. Add hot water if it's too dry.
8. Decorate with slices of avocado and coriander.