

# SARDINAS EN PAPILOT AL LIMÓN Y SOPA DE CEBOLLA (A LA VEZ)

INGREDIENTES para el vaso de TM-21

800 g de agua (8 cubiletes)

400 g de cebolla

50 g de aceite (1/2 cubilete)

1 diente de ajo

2 puerros en rodajas (solo la parte blanca)

2 pastillas de caldo de carne

2 cucharadas de queso rallado

pimienta blanca

bizcotes pequeños

Ingredientes para el vaso Varoma

De 20 a 24 sardinas

rodajas de limón

sal gorda

ramitas de eneldo (opcional)

aceite de oliva para pintar el papel

papel de aluminio o vegetal

## PREPARACIÓN

Lave bien las sardinas, No les quite ni las espinas ni las tripas y séquelas con papel de cocina. Con el papel de aluminio, haga unos cuadrados y pincele el centro de los mismos con aceite. Coloque en cada uno dos o tres sardinas (dependerá del tamaño de las mismas).

Coloque una rodaja de limón y si quiere una ramita de eneldo. Cierre bien el paquete y haga tantos como quepan en el recipiente. Tape bien y reserve.

Ponga el vaso de Thermomix el aceite, el ajo y los puerros y programe 3 minutos a 100°, velocidad 1. A continuación tritúrelo 20 segundos en velocidad 5. Añada la cebolla y rehogue 3 minutos a 100°, velocidad 1.

Incorpore el resto de los ingredientes menos el queso y los bizcotes. programe 9 minutos a temperatura Varoma y velocidad 1.

Añádale más agua a la sopa que tenemos en el vaso, rectifique la sazón eche el queso rallado y caliéntelo 5 minutos a 100°, velocidad 1.

Ponga unos bizcotes en soperas individuales y vierta la sopa en las mismas. Si desea gratinarla eche queso por encima y métalas en el horno el tiempo deseado.

Si se le enfrían las sardinas, caliéntelas, bien dejando la sopa en el vaso, o bien poniendo agua solamente, programando 12 minutos a temperatura Varoma y velocidad 1.

Sírvalas en su mismo paquete, haciendo una especie de ventanita y poniendo más rodajas de limón.(ver foto). Puede espolvorear las sardinas con pan rallado, ajo y perejil.