

Sopa de frijoles carita en olla de cocción lenta



Ingredientes:

- ½ libra de frijoles carita secos
- 2 tazas de caldo de verduras con bajo contenido de sodio
- 1 taza de agua
- 6 zanahorias, picadas
- 2 tallos de apio, picados
- 1 cebolla mediana, picada
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de condimento (albahaca, orégano seco, romero o salvia)

**Seasonal
and Simple**

Un programa de extensión
de la University of Missouri

Instrucciones:

1. Enjuagar y clasificar los frijoles carita para eliminar cualquier tipo de suciedad o residuos.
2. Colocar todos los ingredientes en la olla de cocción lenta y mezclar.
3. Cocinar con el selector en Bajo durante 8 horas.

Fuente: seasonalandsimple.info