

**Creador:** Mary Díaz **Recetizador:** Viky Suquilanda



**Tiempo:** 1h y 15min

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Para diabéticos

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Muy económico

## Descripción:

COMO ESTAMOS EN INVIERNO APETECEN COMIDAS CALENTITAS, ASÍ QUE HICE ESTA RECETA PARA TENER CALDO PARA UNOS DÍAS. ESPERO QUE OS GUSTE.

## Ingredientes para 4 personas :

- 1 Repollo
- 4 Zanahorias grandes
- 1 Patata grande
- 1 Puerro
- 1 Apio
- 1 Nabo
- 1 Cacho de carne de ternera (unos 300 gramos)

## Preparación:

### Paso 1

**PREPARACIÓN:** Pelamos, limpiamos y cortamos las verduras. Las echamos en una cazuela onda junto con la carne y la llenamos de agua, echamos un poco de sal. Lo dejamos cocer hasta que veamos que la carne esta lista, yo lo deje hora y media a fuego medio. Ya teneís el caldo hecho, para caldo o sopa. Las verduras las podemos comer echando por encima un sofrito y la carne para croquetas. Esto es una receta que no se tira nada.