



Sopa de Calabaza

Ingredientes

- ¼ taza de harina de maíz MASECA®
- 2 cucharadas de aceite de oliva o mantequilla
- ½ cebolla mediana, finamente picada
- 2 dientes de ajo, finamente picados
- ¼ cucharadita de comino molido
- ¼ cucharadita de canela molida
- 1 ¼ cucharadita de paprika ahumada
- 3 tazas de puré de calabaza (asada en casa o enlatada)
- 4 tazas de caldo de verduras o de pollo
- 1 taza de leche
- 2 cucharaditas de sal (o al gusto)
- ½ cucharadita de pimienta negra (o al gusto)
- 1 cucharada de jarabe de maple
- Crema espesa, para servir
- Semillas de calabaza tostadas, para decorar

Modo de preparación

1. En una olla grande, caliente el aceite de oliva o la mantequilla a fuego medio. Agregue la cebolla y sofríala durante 3–4 minutos, hasta que esté transparente. Incorpore el ajo, el comino, la canela y la paprika ahumada, y cocine por un minuto más, hasta que desprendan su aroma.
2. Añada el puré de calabaza y vierta el caldo. Mezcle con un batidor para integrar bien y deshacer cualquier grumo. Lleve a un hervor suave.
3. En un tazón pequeño, mezcle MASECA® con ¾ taza de agua tibia hasta obtener una mezcla suave y sin grumos. Vierta lentamente esta mezcla en la sopa mientras revuelve constantemente. Cocine durante 8–10 minutos, hasta que la sopa espese y adquiera un aroma ligeramente terroso.
4. Incorpore la leche y el jarabe de maple. Sazone con sal y pimienta negra al gusto. Cocine a fuego bajo durante 5 minutos más, moviendo ocasionalmente, hasta que la sopa esté cremosa y suave.

5. Para una textura extra sedosa, licúe la sopa con una licuadora de inmersión o en tandas en una licuadora convencional. Regrese la sopa a la olla y caliente nuevamente si es necesario.
6. Sirva en tazones y termine con un poco de crema y semillas de calabaza tostadas.

Consejos de cocina:

- Para un toque ahumado y picante, agregue un jalapeño asado o un chipotle en adobo antes de licuar.

Rinde 4-6 porciones