

## SAUSAGE AND WHITE BEAN SOUP WITH KALE AND BASIL PESTO (SOPA DE SALCHICHAS Y FRIJOLES BLANCOS CON KALE Y PESTO)

### INGREDIENTES

- ¼ de taza de aceite de oliva
- 2 tazas de cebolla, pelada y cortada en cubitos
- 1 cucharada de ajo, picado
- 450 grs de carne de cerdo, molida
- 1 cucharadita de sal
- ½ cucharadita de pimienta negra molida
- ¼ cucharadita de pimienta
- ¼ cucharadita de tomillo, seco
- 1 cucharada de pimentón
- ¼ cucharadita de salvia, seca
- 2 hojas de laurel
- 6 tazas de caldo de pollo
- 3 ½ tazas de alubias grandes, escurridos y enjuagados
- 3 tazas de kale, sin tallo y picada
- 2 cucharaditas de sal kosher



### PESTO BÁSICO DE ALBAHACA (OPCIONAL)

- 3 tazas de hojas de albahaca fresca
- 2 cucharadas de ajo, picado, escalfado o tostado
- 3 cucharadas de nueces, tostadas
- 1/3 taza de aceite de oliva extra virgen
- 1/3 de taza de queso parmesano o asiático, rallado
- Sal y pimienta negra molida, a gusto

### INSTRUCCIONES

- En una olla de tamaño medio, añadir el aceite de oliva, las cebollas y el ajo y cocinar a fuego medio hasta que se caramelicen ligeramente, revolviendo de vez en cuando, unos 10 minutos.
- Añada la carne de cerdo molida y sepárela con la cuchara; dórela a fuego medio-alto hasta que la carne esté dorada y desmenuzada, unos 6 minutos. Añadir la sal y la pimienta, la cayena, el tomillo, el pimentón, la salvia y el laurel; cocinar durante otros 3 minutos.
- Añada el caldo de pollo y los frijoles. Dejar cocer a fuego lento durante 5 minutos.
- Añada el kale y la sal y deje que hierva a fuego lento; cubra, reduzca el fuego y deje que hierva a fuego lento hasta que el kale esté tierno, unos 10 minutos. Quitar la hoja de laurel.
- Servir inmediatamente. Rocíe con pesto de albahaca, si lo desea.

## PESTO BÁSICO DE ALBAHACA

- Sumerja las hojas de albahaca en una olla de agua hirviendo durante 5 a 10 segundos. Escurre inmediatamente y suméjala en un tazón de agua helada para detener la cocción y fijar el color brillante.
- Escurre y exprime toda el agua que pueda.
- Picar la albahaca en trozos grandes y añadirla a un procesador de alimentos o a una licuadora junto con el ajo, las nueces y el aceite de oliva y el puré. Pásalo a un bowl y añade el queso.
- Corregir la sazón con sal y pimienta. Almacenar cubierto en el refrigerador hasta 5 días o congelar hasta 3 meses.