



### INGREDIENTES:

- aceite de oliva
- 1 cebolla de unos 250 gramos
- 200 gramos de lomo de cerdo o carne magra
- 3 tiras de panceta fresca a trocitos
- 2 manojos de cebolletas (sofritos)
- 10 dientes de ajo rotos y sin pelar
- 3 tomates grandes maduritos (ó 6 de ramallet)
- 1 manojito de perejil fresco
- 1/2 col a trozos medianos
- 150 gramos de setas, o gírgolas, o champiñones laminados
- 150 gramos de espinacas o acelgas (1 manojo)
- 300 gramos de coliflor a trocitos
- 2 alcachofas laminadas (opcional)
- 100 gramos de guisantes (opcional)
- pimienta negra en polvo
- pimentón en polvo
- sal o pastilla de caldo de verduras
- 250 gramos de pan de sopas



Tita Lola

SOPAS MALLORQUINAS DE MATANCES (Tradicional)

