



INGREDIENTES:

- 300 gramos de repollo
- 1 cebolla
- 1 puerro
- 1 pimiento, verde o rojo
- 1 rama de apio
- 500 gramos de tomate, o 1 bote pequeño
- 500 gramos de agua
- sal, pimienta, y especias al gusto

PREPARACIÓN:

1. Ponga el repollo en el vaso y **programe 5 segundos, velocidad 5**. Retire a un bol y reserve.

2. Introduzca en el vaso de verduras en trozos regulares y **programe 4 segundos, velocidad 4**

3. Añada el repollo, la sal, pimienta y especias, y **programe 40 minutos, a temperatura 100 grados, velocidad 1**. Ponga el cestillo sobre la tapa para que no salpique.

4. Cuando termine, **triture programando 30 segundos, velocidad progresiva 5 - 10**.