



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

## RECETAS

[Inicio](#) > [Recetas](#) > Sopa de patacón



13 abril, 2022

[¿Qué tal te pareció esta receta? >](#)

### Sopa de patacón

La sopa de patacón con costilla y vegetales Zenú es una deliciosa opción para compartir y disfrutar a la hora del almuerzo.

60 min.

6 porciones

Compartir



Imprimir

#### Ingredientes

- 1 kilo de costilla de res
- 2 litros de agua
- 2 tallos de cebolla larga finamente picada
- 1 tallo de apio picado
- 4 ramas de cilantro
- ½ cucharadita de color
- 1 cucharada de sal
- ½ cucharadita de comino
- 1 libra de papa sabanera

[COMPRAR PRODUCTOS](#) ▾



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO

- 1 lata de [maíz zenú](#)
- ¼ de taza de cilantro fresco picado
- 2 dientes de ajo machacado

## Preparación

1. Lleva la costilla de res a una olla a presión con el agua, la cebolla larga picada, el tallo de apio, las ramas de cilantro, el color, la sal y el comino. Cocina durante 30 minutos a fuego medio bajo después de que pite hasta que la carne esté blanda y se despegue del hueso.
2. Pasado el tiempo, retira los tallos de cilantro y los huesos de las costillas. Agrega la papa sabanera y criolla en cubos medianos, sube el fuego para que la sopa empiece a espesar.
3. Aparte pela los plátanos y córtalos en trozos de 3 centímetros para hacer los patacones. Fríe en abundante aceite a fuego medio bajo hasta que estén blanditos, retira del aceite, aplasta y vuelve a llevar a la fritura hasta que estén crocantes.
4. Agrega la mitad de los patacones a la sopa junto con la cebolla larga, los otros patacones consévalos para el emplatado.
5. Faltando 10 minutos para terminar la cocción, adiciona la arveja con zanahoria Zenú a la sopa, el cilantro y el ajo machacado.
6. Prepara un arroz y cuándo estés listo agrega una lata de maíz tierno Zenú y el pimentón rojo.
7. Sirve la sopa con un poco más de cilantro por encima, los patacones crocante, acompaña con el arroz con maíz tierno y pimentón, limón y aguacate.

## Productos relacionados



[Ensalada De Vegetales](#)



[Lentejas](#)



[Papas Delgadas](#)

[COMPRAR PRODUCTOS](#) ▾

## También te puede gustar



TOS ▾ RECETAS ▾ EMPRENDE NOSOTROS CURIOSIDADES CONTACTO



marzo, 2022

### Arroz con Atún Zenú

En su preparación llena de sabores que te va a llenar de fe...

[Conoce más](#) →



6 abril, 2022

### Bowl de pasta fría con Atún Zenú

Si quieres disfrutar de una opción saludable y fácil de h...

[Conoce más](#) →



15 marzo, 2022

### Ceviche de atún

Este ceviche de Atún Zenú será perfecto para traer todo e...

[Conoce más](#) →

Descubre más >



#### Productos

- Atún
- Carnes frías y Embutidos
- Vegetales y Ensaladas
- Pasabocas y Snacks
- Apanados
- Especialidades
- Carnes preparadas
- Platos listos
- Papas

#### Recetas

- Otras recetas
- Por momentos
- Por productos
- Por tiempo

#### Curiosidades

- Entérate

#### Nosotros

- Somos Zenú

#### Contacto

- Contáctenos

Industrias de Alimentos Zenú S.A.S Carrera 64c # 104-03Teléfono (60 + el indicativo de la ciudad) 470 52 22Medellín - Colombia  
Línea de atención al cliente en el resto del país: **01 8000 519 368**



**COMPRAR PRODUCTOS** ▾