

# SOPA DE AJO CON MATICES DE TOMILLO

*Como la de siempre pero con un toque de sofisticación.*

## Ingredientes

1 diente de ajo	4 vasos de caldo de verdad
2 ramitas de tomillo fresco	Aceite de oliva
4 rebanadas de pan del día anterior <i>(eso que llaman los franceses "pain perdu")</i>	Sal

**1.** Comenzaremos por cortar el ajo en láminas finas con un buen cuchillo de trabajo y mucho cuidado, pues el dedo no es ingrediente de este plato.

Rehogamos en la cazuela el ajo en un par de cucharadas de aceite sin dejar que dore en ningún momento.

**2.** Añadimos el tomillo que hemos lavado previamente y secado de manera minuciosa. Tomillo mojado equivale a dedo quemado.

**3.** Una vez sofrito el tomillo en el aceite, añadimos la sal, las rebanadas de pan, cubrimos con el caldo y mantenemos en ebullición muy suave durante 5-7 minutos.

**4.** Reservamos del fuego y servimos tras dejar reposar 1/4 de hora.

## Propiedades terapéuticas

*Uno de los efectos más ampliamente estudiados del ajo es su capacidad de actuar como antiagregante plaquetario y su acción fibrinolítica que le confieren un alto valor preventivo a nivel cardiovascular.*