Crema de verduras

Nombre de la receta

Crema de verduras

Tiempo

30 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

Gluten

Descripción

Puré de verduras variadas

Ingredientes

- 1 patata
- 4 hojas grandes de col
- 6 ramilletes de coliflor
- 3 puñados de habichuelillas verdes cortadas
- 2 zanahorias
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva
- 1 pastilla caldo concentrado (opcional)

- 2 dientes de ajo
- 1/2 cebolla pequeña
- 4 rebanaditas pequeñas de pan tostado

Pasos

1 Para preparar nuestra sencilla crema, preparamos los ingredientes. En primer lugar pelamos y cortamos en rodajitas como para tortilla la patata. Pelamos las zanahorias y las ponemos en rodajas. Lavamos la col y la coliflor y la partimos en trozos. Echamos además la cebolla en juliana y los ajos en trozos grandes. Cubrimos de agua, añadimos el aceite y el caldo concentrado si hemos optado por ello y ponemos a hervir. Si no queremos poner la pastilla, salamos al gusto.

2 Cuando el agua empieza a hervir, añadimos las habichuelillas verdes que en este caso son congeladas. Si las tenemos frescas, las ponemos junto con la demás verdura. Ahora cocemos todo durante 25 minutos aproximadamente cuidando que quede todo con caldo pero no excesivo. Sólo que cubra la verdura.

3 Apartamos y trituramos en la misma olla con la batidora. Ya tenemos preparada nuestra rica crema de verduras. Tostamos durante un momento las rebanadas de pan en el horno y lo añadimos en trocitos encima de la crema.

Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

Autor

Matilde Linares