

Puré de calabacín

**Nombre de la receta**

Puré de calabacín

Tiempo

40 Minutos

Dificultad

Sencilla

Personas

4

Alérgenos

La receta no contiene alérgenos

Descripción

Crema de calabacín, puerro y patata

Ingredientes

- 1 cebolla
- 2 diente de ajo
- 4 calabacines
- 2 puerro
- 2 patata

- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de sal

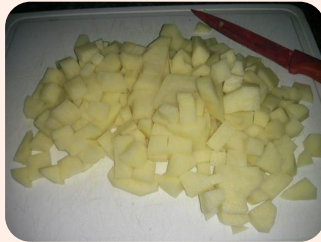
Pasos

1 En primer lugar picamos la cebolla y el ajo. Ponemos al fuego la olla donde vamos a hacer el puré y echamos las cucharadas de aceite. Cuando esté caliente, echamos el ajo y la cebolla y los pochamos.

2 Mientras se van pochando el ajo y la cebolla, vamos pelando el calabacín y cortándolo en trocitos. También picamos el puerro. Cuando la cebolla esté pochada, echamos el puerro y el calabacín y echamos sal al gusto y si queremos un cuarto de pastilla de caldo. Vamos removiendo durante unos 10 minutos hasta que el calabacín quede blandito.



3 Ahora preparamos la patata. Para ello, la pelamos y cortamos en trozos pequeños. Cuanto más pequeños, más rápido se cocerá.



4 La echamos a la olla con el calabacín y cubrimos de agua. Ahora cocemos durante 20 o 25 minutos hasta que la patata se cueza.

5 A continuación, cogemos una batidora y trituramos todo hasta que quede todo hecho puré y sin trozos. Una vez triturado, ya podemos servir nuestro sano y rico puré de calabacín.

Observaciones o consejos

No hay observaciones o consejos.

Autor

Juan Manuel Jurado