

Creador: pepa casado



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Exótica

Coste: Económico

Descripción:

800 gr. de boniatos 1 litro de caldo de verduras o de pollo 400 ml de leche de coco 1 cucharada de jengibre fresco rallado 1 cucharadita de comino 1 guindilla o chile rojo fresco (en su defecto, seco) 1 cucharada de azúcar moreno 1 lima Cilantro (opcional) Aceite de girasol Sal 1. Poner un chorro de aceite de girasol en una cazuela grande a fuego suave. Rehogar un par de minutos el jengibre, el comino y la guindilla picada. Añadir el boniato pelado y cortado en rodajas, más un chorrillo de zumo de lima. Remover, salar y dejar que se haga lentamente hasta que esté blando y se pueda aplastar con una cuchara o tenedor de madera. 2. Mojar con el caldo, la leche de coco y el azúcar, remover y dar un hervor suave de unos 5-10 minutos. Triturar. Si el boniato tiene muchas hebras, conviene pasarlo por el chino. Y si la crema ha quedado muy espesa, se le puede añadir un poco más de caldo y mezclar bien. 3. Servir la crema caliente en boles o platos hond

Ingredientes para 4 personas :

- boniato

Preparación:

Paso 1
cocinas