

# Crema de coliflor con ajo asado



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Monónimo



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Económico

**Descripción:**

**Ingredientes para 4 personas :**

- 1 coliflor
- ½ cabeza de ajos asados
- Leche
- Agua
- Sal
- Pimienta negra
- Comino molido
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- 4 rebanadas finas de pan de semillas y cereales

**Preparación:**

## Paso 1

Lava la coliflor y ponla en una olla para cocerla como haces habitualmente, nosotros ponemos un poco de agua y un poco de leche, sal y cocemos casi al vapor, hasta que está tierna. Pon en el vaso de la batidora la coliflor escurrida, los ajos asados, comino y pimienta negra recién molida, un chorrito de aceite y tritura, añade caldo de la cocción de la coliflor hasta que tengas la textura de la crema deseada. Prueba por si fuera necesario rectificar de sal. Sirve la Crema de coliflor y ajo asado con una fina rebanada de pan de semillas tostada y crujiente.

