

PURÉ DE VERDURAS CON QUESO AZUL



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Mary Díaz **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 1 hora

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Para diabéticos

Otros: Cocina Saludable

Coste: Muy económico

Descripción:

Esto fue un experimento que hice y que me encanto, os recomiendo probarlo.

Ingredientes para 2 personas :

- 1/2 kilo de zanahorias
- 1 Patata grande
- 1 Cucharada de queso azul
- 1 Pizca de curry
- 1 Pizca de nuez moscada
- 1 Pizca de ajo en polvo
- Sobras de verduras

Preparación:

Paso 1

Sobras de verduras que hice como en el siguiente enlace;

<http://mariajoseysuscreaciones.blogspot.com.es/2012/06/espaguetis-integrales-con-verduritas.html>

PREPARACIÓN: Se pelan las zanahorias y las patatas se ponen a cocer y se echan las especias. Cuando esten cocidas de mezcla con las sobras de verduras y el queso azul, se tritura todo con la batidora hasta que quede un puré suave.