

# PURÉ DE VERDURAS CON QUESO AZUL



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

**Creador:** Mary Díaz **Recetizador:** karmela



**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.