

CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA



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

Creador: Juan Neira Dura **Recetizador:** tania Segura



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Intermedia

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegetariana

Otros: Cocina Casera

Coste: Muy económico

El truco de esta receta:

CONGELA EL CALDO SOBRANTE EN LA CUBITERA SI AL CALENTAR LA CREMA TE QUEDA MUY ESPESA, AÑADE LOS CUBITOS

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 300 GR de CALABAZA
- 4 ZANAHORIA
- 250 GR de PATATA
- 1 CEBOLLA
- 1 MANDARINA
- 1 NATA LIQUIDA LIGUERA
- 1 SAL
- 1 PIMIENTA
- 1 NUEZ MOZCADA

Preparación:

Paso 1

PELA LA CALABAZA, LAS PATATAS Y LA CEBOLLA, RASPA LA ZANAHORIAS, CORTA LAS 2 PRIMERAS EN DADOS Y LAS OTRA EN RODAJAS,

Paso 2

LAVA LA MANDARINA SECALA Y PELALA, EVITANDO LA PARTE BLANCA Y HACIENDO UNA ESPIRAL

CON LA CASCARA PON TODAS LAS HORTALIZAS EN UNA CAZUELA Y AÑADE LA CASCARA DE MANDARINA, CUBRELAS CON AGUA SALPIMENTALAS Y CUECELAS 25 MINUTOS HASTA QUE ESTEN TIERNAS ESCURRELAS Y RESERVA EL CALDO DE COCCION

Paso 3

TRITURA LAS HORTALIZAS, AÑADIENDO EL CALDO NECESARIO PARA OBTENER LA TEXTURA DESEADA, AROMATIZA LA CREMA CON NUEZ MOSCADA Y AJUSTA EL PUNTO DE SAL

Paso 4

CUANDO LA SIRVAS, CALIENTA LA CREMA (SE PUEDE CONGELAR) REPARTE EN 4 CUENCO Y DECORALA CON 2 CUCHARADAS DE NATA