Crema de puerro y cebolla con queso parmesano.

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

Creador: Eva Codina **Recetizador:** Isabel Lorenzo



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Baja en colesterol
Otros: Cocina Saludable
Coste: Muy económico

El truco de esta receta:
Es importante reogar bien todo antes de ponerle el caldo o agua.

Descripción:

Esta receta es sencilla y muy rica para las personas que se cuidan, ideal para tomar por la noche.

Ingredientes para 4 personas :

- 2 puerro
- 1 cebolla
- sal
- 4 patatas
- Pimienta negra
- 20g de Queso Parmesano rallado

Preparación:

Paso 1

Lavar y cortar todas las verduras, no importa el corte ya que al final lo trituraremos todo, aunque a mí me gusta pequeño más rápido de pochar. Colocamos en una cazuela un chorro de aceite de oliva, añadimos la cebolla y la reogamos asta que este un poco pochadita. A continuación añadimos el puerro, reogamos también con la cebolla para que coja el mismo color, salpimentamos. A continuación añadiremos las patatas y reogaremos unos minutos con las verduras. Por ultimo añadimos un poco de agua o caldo de verduras, para cubrir los ingredientes y dejamos cocinar unos 20 minutos a fuego lento Cuando ya este todo bien blandito colamos y guardamos el agua, trituramos todo añadiéndole el agua del caldo necesaria para que quede una crema espesa o liguera, por último pondremos el queso parmesano a gusto. A mí me gusta un toque.

Paso 2

Para la decoración de este plato a mí me gusta ponerle un poco de perejil picado y un toque de pimentón dulce, si tenéis unas ramitas de cebollino queda ideal. Bon profit!!