

Creador: Sara Barroso **Recetizador:** Carlos Santana



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegana

Otros: Cocina Saludable

Coste: Económico

Descripción:

Sano y refrescante, el puré de calabacín se puede servir frío o caliente.

Ingredientes para 4 personas :

- 4 calabacines medianos
- 1 cebolla
- 1 patata
- 6 quesitos El Caserío
- Sal
- Aceite de oliva virgen Carbonell
- Perejil

Preparación:

Paso 1

Pelar el calabacín, la cebolla y la patata, trocearlo todo, aclararlo bien y ponerlo a cocer en una olla adecuada con un chorrito de aceite de oliva.

Paso 2

Cuando esté cocido, escurrirlo y reservar el agua por si queda muy espeso y hace falta añadirle un poco al puré.

Paso 3

Añadir un pellizco de sal e incorporar los quesitos y batirlo todo bien hasta que quede una mezcla homogénea sin grumos.

Paso 4

Trocear el perejil y añadirlo al puré. Ahora, volver a batir hasta que el perejil se vea troceado pero sin que desaparezca del todo.

Paso 5

Se le puede añadir un poco del agua que hemos reservado después de cocer por si está muy espeso... ¡Cuestión de gustos!