

Crema de Calabaza con Manzana y Salvia

Tiempo de preparación: 35 Min



Ingredientes

Manzana Granny Smith: 1 Unidad

Caldo De Pollo: 500 Ml.

Pimienta: Cantidad necesaria

Sal: Cantidad necesaria

Calabaza: 250 g

Nata líquida: 1 chorrito Zanahoria: 1 Unidad Puerro: 1 Unidad

Nuez Moscada: Cantidad necesaria
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Ajo: 1 Diente

Mantequilla: 15 g

Salvia Fresca: 1 Manojo

Preparación de la Receta

- En una olla express con un poco de aceite, rehogar todas las verduras troceadas
- Salpimentar, poner un punto de nuez moscada y cubrir con el caldo de pollo
- Tapar la olla y cocinar durante 6 minutos.
- Retirar, triturar y pasar por pasapurés.
- Servir en un plato acompañando con hojas de salvia fritas en mantequilla y un poquito de nata líquida.
- Al comprar la calabaza, verifica que su corteza no esté dañada ni tenga zonas blandas o moho
- Si posee alguno de estos defectos, es señal de que no está fresca y de que pronto se echará a perder.
- Cuando compres la zanahorias, procura que tenga un color naranja vivo y que todavía conserve hojas de color verde para asegurarte de que esté frescas
- Deben ser de tamaño mediano y estrecharse hacia final
- Las zanahorias gruesas son más duras y son más difícil de cocinar.

Para má

• S recetas tan deliciosas como ésta, no te pierdas la nueva temporada de "Los 22 minutos de Julius".

Consulta la receta original en https://elgourmet.com/recetas/crema-de-calabaza-con-manzana-y-salvia-de-julius