

Crema de ejotes con kéfir y lemongrass

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Ejotes: 300 Gramos

Cebolla: 1/4 Unidad

Mantequilla: 40 Gramos

Rama de té de Limón: 2 Ramas

Sal: Cantidad necesaria

Hielo: Cantidad necesaria

Ajo: 1 Diente

Caldo De Pollo: 600 Mililitros

Granos de kéfir: 300 Mililitros

Ingredientes Para Decorar

Aceite de lemongrass: Cantidad necesaria

Ejotes blanqueados: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Para blanquear los ejotes

- Corta cada uno en tres trozos, pon agua con sal a *hervir*, sumerge los ejotes durante 10 minutos en el agua hirviendo o hasta que estén tiernos, retirarlos y colócalos en un tazón con agua y hielo para parar su cocimiento.

Para preparar la crema

- Pica finamente el *ajo* y la *cebolla* y acitróna en una olla honda con la *mantequilla*, agrega los ejotes blanqueados (reserva unos pocos para el montaje), y el caldo de *pollo* o fondo de verduras
- *Añade* las ramas de *lemongrass* y lleva a hervor
- Apaga el fuego y deja enfriar
- Retira las ramas de *lemongrass* con una pinza, licua lo demás junto con el kéfir y pasa por un colador

- Rectifica sazón y reserva.

Para servir

- Coloca unas piezas de *ejote* blanqueado al fondo de un tazón formando una pirámide
- Rellena con la **crema** de ejotes fría o caliente
- Decora con aceite de *lemongrass*.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/crema-de-ejotes-con-kefir-y-lemongrass>