



Crema de verduras

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocimiento: 15 minutos

Tiempo total: 30 minutos

Porciones: 8 personas

Esta cremita tiene la ventaja de que podemos hacerla casi sin lácteos ya que se puede omitir la leche evaporada. Digo casi porque lleva un poco de mantequilla y es parte del sabor. La consistencia espesita se la podemos dar al no agregar mucho líquido a la hora de licuar. La verdad nadie nota la diferencia, mientras pongamos la mantequilla y la cebolla licuada sabe deliciosa.

Se puede hacer con un solo tipo de verdura o con una combinación de varias. Si usan espinacas, hay que combinarlas con calabacita y con papa, porque si no queda amarga.

La ventaja es que pueden congelarla para después y queda perfecta, siempre y cuando la descongelen con calor y no a temperatura ambiente.

Ingredientes:

- 1 ½ Litros de agua.
- ½ Cebolla.
- ½ Barra de mantequilla con sal.
- ½ Lata de leche clavel.
- 4 Papas (Puede ser cualquier verdura o una combinación al gusto).
- Knorr Suiza al gusto y leche.
- (En el caso del brócoli, agregar una cucharadita de bicarbonato al agua hirviendo para que conserve su color; no dejar cocer más de 5 minutos).

Procedimiento:

Se ponen a hervir las verduras en el agua, y ahí mismo se le agrega el Knorr Suiza para que agarren sabor. Cuando están cocidas se escurren y se conserva el caldo.





Crema de verduras



En una olla se derrite la mantequilla y se le agrega la cebolla previamente licuada con un poco de agua. Se deja a fuego medio hasta que la cebolla evapore toda el agua y se haga una pastita suave con la mantequilla.



Se van licuando las verduras por partes, agregando el caldo del mismo modo y poco a poco, para facilitar el licuado. Se puede hacer directo en la misma olla, con la licuadora manual o de inmersión.

Una vez licuadas las verduras, se agrega la leche evaporada (*Clavel). La leche puede o no agregarse. Si se desea con menos calorías se puede evitar. En caso de poner la leche, no hay que dejar que hierva ya que la leche se puede cortar.

Se sazona con el Knorr Suiza y se mantiene caliente en la olla a fuego bajo por unos 10 min. Si queda muy espesa se puede agregar leche o del mismo caldo que se conservó.

NOTA: Al enfriar espesa.

¡BUEN PROVECHO!