

CREMA DE CALABAZA

Ingredientes.

500gr. de calabaza

1 cebolla grande

2 dientes de ajo

agua o caldo de verduras

sal marina

aceite de oliva virgen extra

hierbas al gusto: laurel, perejil, hierbas provenzales, cebollino...

especias al gusto: pimienta, nuez moscada...

Modo de hacer:

1- Pelar, lavar y trocear la calabaza, la cebolla y los ajos.

2- Ponerlo todo en una cazuela y añadir el agua o algún resto de caldo de cocer verduras, lo justo para cubrirlo.

3- Cocer hasta que la calabaza esté tierna, unos 20 minutos.

4- Triturar con la batidora y añadir la sal, el aceite en crudo y las hierbas y especias que queramos. Ejemplo: añadir cebollino y perejil a la hora de servirlo en la mesa.

O también se puede poner laurel a la hora de cocerlo y añadirle hierbas provenzales.

5- Una vez servido en el plato, se le puede añadir unos tropezones de pan frito, o mejor pan tostado.

* Si quedase demasiado espeso, se le puede añadir más caldo.

* También se puede hacer esta crema añadiendo patata.

VARIANTE:

- De igual forma se pueden preparar otras cremas de verduras: crema de calabacín, de puerro y calabaza, de zanahoria y puerros.....