

Receta de Crema De Zanahoria Y Naranja

22 Abr 2014



Buenos días a tod@s, como en verano nos apetece comer cosas frescas, hoy os dejo esta deliciosa crema que seguro que os gustará por su sabor especial y por la sencillez en su elaboración.

Ingredientes

- Zanahorias (sobre 1kg)
- Patata (una o dos)
- Puerro (medio, solo la parte blanca)
- Naranjas de zumo (dos o tres)
- Quesitos light (dos)
- Caldo de ave (250ml)
- Aceite de oliva (dos cucharadas soperas)
- Sal y Pimienta blanca al gusto

Modo de Preparación

1. Poner agua en una cacerola y añadir las zanahorias raspadas y cortadas en trozos, la patata pelada y en trozos y el puerro también troceado
2. Echar un poco de sal y pimienta y el caldo de ave y dejar cocer unos 20 minutos, hasta que estén tiernas
3. Añadir el zumo de las naranjas y los quesitos y remover
4. Retirar del fuego y batir con la batidora hasta que quede una crema suave
5. Dejar enfriar y meter al frigorífico
6. ~~Beberla fría o simplemente tibia, si el calor del estómago no es muy fuerte, se puede aprovechar de cocción.~~