



INGREDIENTES:

- 4 cogollos de coliflor
- 4 cogollos de brócoli
- medio calabacín verde sin pelar
- 3 zanahorias
- Un trozo pequeño de calabaza
- 1 ó 2 puerros (dependerá de su tamaño a trozos)

CREMA DE VERDURAS (Tradicional)

- 1 puñado de guisantes (pueden ser congelados)
- un par de patatas medianas
- sal
- pimienta (opcional)
- caldo de pollo (si no tengo casero, le pongo del brick que se vende preparado, queda muy bien)
- perejil picado (opcional)



ELABORACIÓN:

CREMA DE VERDURAS (Tradicional)

1. Lavar y hacer a trozos medianos la verdura, y poner en la olla de agujeros (de cocción al vapor) sobre la suya que va debajo, con agua y un poco de sal en el fuego, y cuando empiece a hervir contar 20 ó 30 minutos (dependerá de lo grande que hayamos hecho los trozos de las verduras) y cuando pinchemos con un tenedor la zanahoria o patata (que es lo más duro) esté cocida, echar en la batidora, añadir bastante caldito (si es de pollo mejor, si no, poner el agua de la cocción, pero nada que ver la diferencia de rico si lo trituramos con caldo).
2. Si el caldo es de brick y esta frio, calentarlo con las verduras dentro, y a continuación poner un poquito de sal, un poquito de pimienta (opcional y si no es para niños) y triturar que quede muy fino.
3. Servir calentita, en cuencos o platos hondos, y espolvorear opcionalmente con un poquitín de perejil picado.

