

CREMA DE ZANAHORIA CON JENGIBRE (RECETA EN IG)

Ingredientes

(4 porciones)

- 5 zanahorias lavadas, peladas y en cubos.
- 1/2 cebolla picada
- 2 ajos picados
- 2 centímetros de jengibre pelado y picado
- 1 cda. aceite de olivo
- 1 lt de caldo de verduras
- 1 taza de leche de coco sin azúcar
- Tomillo seco
- Sal y pimienta

Preparación:

Sofreír la cebolla, agregar después el ajo, el jengibre y la zanahoria. Agregar el caldo de verduras y hervir hasta que la zanahoria esté suave. Moler con un procesador de inmersión, agregar leche de coco, sal, pimienta y tomillo, dejar a fuego bajo unos minutos y apagar.

*Puedes agregar pollo cocido y acompañar con tortilla para que sea una comida completa.

