

REDcetas hortícolas



NOMBRE DEL PLATO

Crema de puerro y patatas

NOMBRE DEL CENTRO EDUCATIVO

Equipo educativo Red de Huertos
Escolares Sostenibles

TIPO DE PLATO

Plato principal.

INGREDIENTES

- 2 puerros medianos o 1 grande.
- 2 patatas de medio tamaño.
- Caldo vegetal.
- Pimienta y sal.
- Aceite de oliva virgen extra.
- Perejil fresco (opcional).



PREPARACIÓN

1. Cortamos los puerros en rodajas y las patatas en cubitos más o menos del mismo tamaño.
2. Calentamos el aceite en una olla y salteamos el puerro durante unos 3 o 4 minutos hasta que se ponga blando.
3. Añadimos sal, pimienta y los cubitos de patatas y mezclamos.
4. Añadimos el caldo hasta cubrir los demás ingredientes.
5. Dejamos que el caldo hierva a fuego lento y removemos de vez en cuando.
6. Dejamos que las verduras se hagan durante unos 10 minutos o hasta que no estén blandas.
7. Removemos el caldo en exceso y dejamos solo lo suficiente para que las verduras estén cubiertas.
8. Batimos con una batidora.
9. Servimos caliente añadiendo un poco de aceite de oliva y perejil fresco a gusto.

