

CREMA DE CALABACÍN Y ESPÁRRAGOS

Consejos

Se puede servir con unos espárragos pasados por la plancha y el jamón dorado en la sartén en trocitos.

Ingredientes

- 2 calabacines
- ½ cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 manojo de espárragos verdes 3 tazas de caldo de pollo o de agua 1 taza de leche descremada
- Sal, Pimienta
- Un poco de aceite de oliva virgen Para acompañar:
- 50g de jamón serrano picado pequeño

Elaboración

Picamos la cebolla y el rehogamos en una olla con un poco de aceite y el diente de ajo picado. Mientras, cortamos los calabacines en trozos sin quitarles la piel. Sacamos el extremo inferior de los espárragos y también los cortamos, y en reservamos alguno entero para la presentación.

Cuando la cebolla empieza ya transparente añadimos los calabacines y los espárragos, lo rehogamos todo junto unos minutos y lo cubrimos con el caldo de pollo o con agua. Subimos el fuego, tapamos y dejamos que cueza. Si a media cocción necesita más líquido, añadimos leche.

Cuando las verduras estén blandas, lo apartamos del fuego y lo trituramos sin poner demasiado caldo para que no nos quede demasiado líquido y añadimos leche hasta conseguir la textura que nos guste. Añadimos sal y pimienta y que haga un hervor a fuego suave.

Se puede servir con unos espárragos pasados por la plancha y el jamón dorado en la sartén en trocitos.

