

Crema de legumbres

Subida por antonio el 01/03/2010

Etiquetas: Cremas, Legumbres, Primeros, Tmx



INGREDIENTES

Para el sofrito

50 g. de Aceite

100 g. de Zanahoria

100 g. de Cebolla

100 g. de Tomate triturado

100 g. de Pimiento rojo

1 Diente de ajo

Para la crema

150 g. de Legumbres pulverizadas (Judías pintas, lentejas, garbanzos, etc.)

1 l. de Agua

2 Pastillas de avecrem (o sal)

Pimienta al gusto

Para decorar

Picatostes de pan frito o huevo duro rallado

PREPARACIÓN

Para pulverizar las legumbres: con el vaso y las cuchillas secas, programar 2 minutos a velocidad máxima.

Ponga los ingredientes del sofrito y trocee 5 seg velocidad 5. Baje con la espátula lo que haya quedado en las paredes y programe 7 minutos, temperatura varoma, velocidad 1.

Al terminar eche la legumbre pulverizada y la mitad de agua, y triture a velocidad máxima 2 minutos.

Añada el resto del agua, las pastillas de caldo o sal y pimienta y programe 30 minutos, 100  , velocidad 3.

Verifique que no sabe a crudo y que no admite más agua.

PRESENTACIÓN

Sirva decorado con los picatostes o el huevo duro troceado.