

SOPA DE CALABAZA al curry

Ingredientes:



1,3 kg de calabaza Hokkaido



1 cebolla grande



2 patatas medianas



1,5 l de caldo de pollo o de verdura



200 ml de nata



50 g de mantequilla

Además: Sal, pimienta recién molida, 1 pizca de nuez moscada, 1 c. p. de curry, 2-3 c. s. de pipas de girasol tostadas para adornar



Preparación:

- Pele la calabaza y quítele las pepitas. Parta la pulpa de la calabaza en trozos pequeños. Pele la cebolla y píquela. Pele las patatas y córtelas en dados.
- Ponga la mantequilla en la olla del AutoCook y añada la cebolla y los dados de patata. Seleccione el programa **Sofreír** y la opción **Medio** y pulse el botón de **Inicio**. Deje la **tapa abierta** y sofría la cebolla y la patata, removiendo de vez en cuando hasta que suene la señal.
- Después, condimente la mezcla de cebolla y patata con curry en polvo, sal, pimienta y nuez moscada. Añada la calabaza, remueva y recubra el conjunto con el caldo. **Cierre la tapa.**
- Seleccione el programa **Sopas** y la opción **Corto**. Si selecciona la función de cocción expés en el AutoCook Pro: bloquee la tapa con el botón giratorio. Pulse el botón de **Inicio**.
- Abra la tapa en cuanto suene la señal. Triture la sopa una vez lista con una batidora y añadiéndole la nata. Antes de servir la sopa, decórela con las pipas de girasol.

RACIONES: 6

Programa: Sofreír medio, Sopas corto

Calorías por ración: 285 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook - 35 min.

AutoCook Pro - 25 min.