

Crema de CALABACÍN

Ingredientes:



4 calabacines medianos



2 quesitos



2 pastillas de caldo de pollo o de verduras



Sal

Preparación:

- Lava los calabacines y quítale la piel a 3 de los 4 calabacines. Las pieles pueden aportar amargor a nuestra crema. Trocea el calabacín y échalo en la olla del AutoCook. Añade agua sin que llegue a cubrirlos del todo, las dos pastillas del caldo y una pizca de sal.
- Cierra la tapa y selecciona el programa **Cocer** y la opción **Medio**. Bloquea la tapa con el botón giratorio para la opción **expres**; ajusta 10 minutos en el temporizador. Pulsa el botón de **Inicio**.
- Al acabar el programa abre la tapa y escurre los calabacines en el recipiente donde los vayas a triturar. Añade los quesitos y tritura todo. Si queda demasiado espeso añade caldo de la cocción hasta que obtengas la consistencia que más le guste. Rectifica el punto de sal y listo.
- La crema se sirve tanto fría como caliente.

Consejo de Bosch:

Se pueden cocinar los calabacines con leche, caldo o con agua. Se puede añadir ajo, zanahoria y puerro. El punto de espesor de la crema dependerá del gusto personal. Los quesitos se pueden reemplazar por queso de untar.

RACIONES 5-6

Programa: Cocer Medios

Calorías por ración: 39 kcal

Tiempo de cocción (sin precalentamiento):

AutoCook Pro - 10 min.