



# Crema de calabacín con picatostes al pecorino

acompañada de pan de ajo casero

Vegetariano

Cocinando: 20 min • Listo en: 30 min

12



Pan de chapata



Caldo vegetal



Queso crema



Puerro



Calabacín



Pecorino



Leche

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua, ajo.

## Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.  
Lava tus frutas y verduras.

## Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, túrmix, tapa, jarra medidora, bol mediano, olla, pincel de silicona, rallador fino.

## Ingredientes

	2P	4P
Pan de chapata <b>13)</b>	2 unidades	4 unidades
Caldo vegetal <b>10)</b>	1 sobre	2 sobres
Queso crema* <b>7)</b>	2 paquetes	4 paquetes
Puerro	1 unidad	2 unidades
Calabacín*	1 unidad	2 unidades
Pecorino* <b>7)</b>	20 gramos	40 gramos
Leche <b>7)</b>	200 ml	400 ml
Agua	300 ml	600 ml
Ajo	2 unidades	4 unidades

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	550 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2515/ 601	458/ 109
Grasas (g)	15,1	2,7
de las cuales saturadas (g)	8,1	1,5
Carbohidratos (g)	66,3	12,1
de los cuales azúcares (g)	10,3	1,9
Proteínas (g)	20,3	3,7
Sal (g)	3,7	0,7

## Alérgenos

**7)** Leche **10)** Apio **13)** Cereales que contienen gluten.

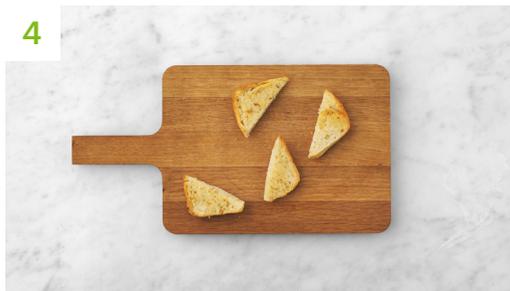
Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Recíclame!



## Prepara las verduras

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Precalienta el horno a 220°C. Pela y ralla el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Retira los extremos del **calabacín** y córtalo por la mitad a lo largo. Luego, corta cada mitad en dados de 1-2 cm. Retira las raíces y el extremo verde del **puerro** y deséchalos. Córtalo por la mitad a lo largo y, luego, corta en medias lunas finas.



## Hornea el pan

En un bol pequeño, mezcla el **ajo** restante con un chorrito generoso de **aceite**, **sal** y **pimienta** al gusto. Corta el **pan de chapata** restante en triángulos y añade encima el **aceite de ajo** con un papel de cocina. Coloca el **pan de ajo** al otro lado de la bandeja de horno y hornea a media altura 8-10 min o hasta que el **pan** se dore.

**CONSEJO:** Si no tienes un pincel de cocina, puedes utilizar una cucharilla.



## Cocina las verduras

En una olla, agrega un chorrito de **aceite** junto con la mitad del **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. Agrega el **puerro** y el **calabacín**, **salpimienta** y saltea durante 6-8 min, removiendo frecuentemente. Agrega la **leche**, el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y el **caldo vegetal** en polvo y lleva a ebullición. Cuando hierva, baja a fuego medio-alto y cocina 5-7 min, removiendo ocasionalmente.



## Tritura la crema

Cuando las **verduras** estén tiernas, con la ayuda de un túrmix, tritura hasta que quede una **crema** lisa. Prueba la **crema** y **salpimienta** al gusto.

**CONSEJO:** Puedes agregar un chorrito más de leche si prefieres la crema menos espesa.



## Prepara los picatostes

Corta la mitad del **pan de chapata** en dados de 2 cm y colócalos en un bol. Agrega el **queso pecorino**, un chorrito de **aceite** y **pimienta** y remueve bien hasta cubrir el **pan**. Luego, coloca los **picatostes al pecorino** en un lado de una bandeja de horno con papel de horno.



## Emplata y disfruta

En un bol pequeño, mezcla el **queso crema** con un chorrito de **agua**. Sirve la **crema de calabacín** en platos y agrega encima el **queso crema**. Cubre la **crema** con **picatostes al pecorino** y acompaña con el **pan de ajo**.

## ¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

