

Vichyssoise con manzana caramelizada acompañada de champiñones cremosos al tomillo

Familia Vegetariano

12



Puerro



Manzana



Caldo vegetal



Nata líquida



Cebolla



Nuez moscada



Cebollino



Queso crema



Tomillo seco



Champiñones

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

Cocinando: 30 mins
Listo en: 35 mins



Si buscabas una crema clásica y llena de sabor, has dado con la receta perfecta. La vichyssoise tiene una gran historia en Francia y es preparada allí desde hace décadas. En este caso, te ofrecemos una versión que va más allá, agregando manzana caramelizada y sirviendo a un lado champiñones cremosos al tomillo como acompañamiento.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Túrmix, tapa, jarra medidora, sartén antiadherente, olla.

Ingredientes

	2P	4P
Puerro	2 unidades	4 unidades
Manzana	1 unidad	2 unidades
Caldo vegetal 10)	1 sobre	2 sobres
Nata líquida 7)	200 ml	400 ml
Cebolla	½ unidad	1 unidad
Nuez moscada	1 sobre	2 sobres
Cebollino*	½ unidad	1 unidad
Queso crema* 7)	1 paquete	2 paquetes
Tomillo seco	½ sobre	1 sobre
Champiñones*	250 gramos	500 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua	150 ml	300 ml
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	566 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2184/ 522	386/ 92
Grasas (g)	22,2	3,9
de las cuales saturadas (g)	14,1	2,5
Carbohidratos (g)	52,2	9,2
de los cuales azúcares (g)	24,3	4,3
Proteínas (g)	10,9	1,9
Sal (g)	3,1	0,5

Allergens

7) Leche **10)** Apio.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

¡Recíclame!



Prepara las verduras

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Pela la **cebolla**, divídela en dos y corta una mitad (doble para 4p) en daditos pequeños. 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. Corta la **manzana** por la mitad y retira el corazón. Luego, corta en dados de 1 cm.



Saltea los champiñones

Limpia los **champiñones** con la ayuda de un paño húmedo. Retira y desecha el extremo del pie de los **champiñones**. Luego, córtalos en cuartos. En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega los **champiñones** y saltéalos durante 4-5 min, removiendo frecuentemente. Retira del fuego, agrega el **queso crema** y la mitad del **tomillo seco** (doble para 4p), **salpimienta** al gusto y mezcla para integrar.



Cocina la vichyssoise

En una olla, añade un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min. Luego, agrega la **cebolla** y el **puerro**, **salpimienta** y cocina 5-6 min, removiendo, hasta que las **verduras** empiecen a ablandarse. Agrega la **nata líquida**, el **caldo vegetal** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes). **Salpimienta**, mezcla y tapa la olla. Lleva a ebullición, luego, cocina a fuego medio-bajo 6-7 min, hasta que las **verduras** estén blandas.



Tritura la vichyssoise

Cuando las **verduras** de la olla se hayan cocinado, tríturalas con la ayuda de un túrmix, de manera que quede una **crema** lisa. Prueba la **crema** y rectifica de **sal** y **pimienta**. Pica la mitad del **cebollino** (doble para 4p).

CONSEJO: Puedes agregar un chorrito de agua si prefieres la crema menos espesa.



Carameliza la manzana

Mientras tanto, calienta una sartén antiadherente a fuego medio. Agrega la **manzana** junto con el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes), la **nuez moscada** y un chorrito de **agua**. Cocina 3 min con la tapa puesta y, luego, 3 min sin tapar, hasta que la **manzana** se haya oscurecido y esté caramelizada. Remueve ocasionalmente. Cuando esté lista, reserva en un plato.

CONSEJO: Agrega más agua para caramelizar la manzana si es necesario.



Emplata y disfruta

Sirve la **vichyssoise** en platos hondos y agrega encima la **manzana caramelizada**. Espolvorea el **cebollino** picado al gusto sobre la **crema**. Sirve los **champiñones** en un bol junto a tu plato para acompañar la **vichyssoise**.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

