

Crema de espinacas con bacon con cogollos frescos de lechuga aderezados

Una olla

5



Brotos de espinacas



Patata



Caldo vegetal



Queso crema



Cebolla



Cogollos de lechuga



Bacon

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua, vinagre de vino tinto.

Cocinando: 20 mins
Listo en: 35 mins



¿Conoces la diferencia entre bacon y panceta? Aunque son cortes de carne de cerdo similares, se diferencian en su preparación y curado. El bacon se somete a un proceso de ahumado y curado con sal, mientras que la panceta suele ser simplemente salada y curada. En esta receta, el bacon aporta su intenso sabor a la crema fresca de espinacas y lechuga.

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, jarra medidora, pelador, olla con tapa, ensaladera.

Ingredientes

	2P	4P
Brotes de espinacas*	1 unidad	2 unidades
Patata	200 gramos	400 gramos
Caldo vegetal 10)	1 sobre	2 sobres
Queso crema* 7)	2 paquetes	4 paquetes
Cebolla	1 unidad	2 unidades
Cogollos de lechuga	220 gramos	440 gramos
Bacon*	100 gramos	200 gramos
Agua	700 ml	1400 ml
Vinagre de vino tinto	1 cucharadita	2 cucharaditas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	432 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2046/ 489	474/ 113
Grasas (g)	42,7	9,9
de las cuales saturadas (g)	12,4	2,9
Carbohidratos (g)	31,5	7,3
de los cuales azúcares (g)	7,5	1,7
Proteínas (g)	14,3	3,3
Sal (g)	2,9	0,7

Alérgenos

7) Leche **10)** Apio.

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



Prepara los ingredientes

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela las **patatas** y córtalas en dados de 2 cm. Pela la **cebolla**, divídela en dos y córtala en tiras finas. Corta los **cogollos de lechuga** por la mitad a lo largo, luego, apoya la parte plana y corta en tiras finas.



Saltea el bacon

En una olla, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Luego, saltea el **bacon** durante 3-5 min, hasta que quede dorado y crujiente. Retira de la olla y reserva. Puedes retirar el excedente de grasa de la sartén si hay demasiada.



Cocina las verduras

En la olla, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Luego, agrega la **cebolla** junto con una pizca de **sal** y cocina 4-5 min, removiendo frecuentemente, hasta que quede transparente. Luego, agrega la **patata** y cocina 2 min más.



Agrega el caldo

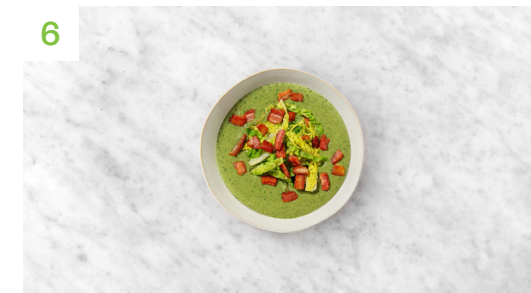
Añade a la olla el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y el **caldo vegetal** en polvo y **salpimenta**. Remueve y lleva a ebullición. Cuando hierva, baja a fuego medio y cocina 15-20 min, con la olla tapada, moviendo de vez en cuando, hasta que la **patata** esté tierna.



Tritura la crema

En la olla, agrega las **espinacas** y la mitad de la **lechuga** troceada y cocina 2-3 min más a fuego medio, hasta que las **espinacas** se reduzcan en tamaño. Luego, agrega el **queso crema** y remueve para que se funda e integre. Con un túrmix, tritura hasta obtener una **crema** homogénea. Prueba y recitifica de **sal** y **pimienta**.

CONSEJO: Puedes triturar la crema en la jarra medidora si lo prefieres.

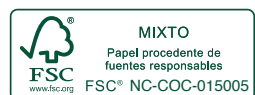


Emplata y disfruta

En una ensaladera, mezcla el **vinagre de vino tinto** (ver cantidad en ingredientes), un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta**. Luego, agrega la **lechuga** troceada restante y mezcla bien. Sirve la **crema de espinacas** y **lechuga** en platos hondos y agrega encima el **bacon** crujiente y la **lechuga** aderezada.

¡Que aproveche!

¡Recíclame!



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

