



Crema suave de calabacín, eneldo y queso crema con picatostes caseros y tostadas al pesto

Vegetariano 30 minutos

7



Pan de chapata



Eneldo



Pesto de albahaca



Caldo vegetal



Calabacín



Queso crema



Puerro

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

Antes de empezar

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

Utensilios necesarios:

Jarra medidora, sartén mediana, cazo, tapa, olla, bandeja de horno con papel de horno, túrmix.

Ingredientes

	2P	4P
Pan de chapata 13) 62) 66) 67) 70)	2 unidades	4 unidades
Eneldo	1 unidad	1 unidad
Pesto de albahaca 2) 7) 14)	50 gramos	100 gramos
Caldo vegetal 10)	1 sobre	2 sobres
Calabacín	1 unidad	2 unidades
Queso crema 7)	2 paquetes	4 paquetes
Puerro	1 unidad	2 unidades

**Conservar en la nevera*

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	357 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2013/481	564/135
Grasas (g)	18,5	5,2
de las cuales saturadas (g)	4,9	1,4
Carbohidratos (g)	63,4	17,8
de los cuales azúcares (g)	8,3	2,3
Proteínas (g)	15,2	4,3
Sal (g)	3,7	1,0

Alérgenos

2) Fruto secos **7)** Leche **10)** Apio **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos.

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

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en [hellofresh.es](https://www.hellofresh.es) o nuestra app para evaluar la receta.



Papel Certificado FSC Mixto: procedente de fuentes responsables



Prepara las verduras

Precalienta el horno a 200°C. En un cazo, pon a calentar 250 ml de **agua** por persona y el **caldo vegetal** en polvo, deja que hierva. Luego, retira del fuego y reserva. Pela y pica medio diente de **ajo** por persona. Corta el **calabacín** en cubitos. Separa la parte verde del **puerro** de la blanca. Corta la parte blanca de manera longitudinal y, luego, córtalo en rodajas finas. Deshoja el **eneldo** y córtalo en trozos grandes.



Cocina los picatostes

Calienta un chorrito de **aceite de oliva** en una sartén a fuego medio y dora los **cubos de pan chapata** durante 6-7 min. Sazona con **sal** y **pimienta** al gusto.



Cocina las verduras

En una olla, pon un chorrito de **aceite de oliva** y el **ajo** picado. Calienta a fuego medio durante 1-2 min o hasta que se dore. Agrega el **puerro** y el **calabacín**, luego, saltea durante 6-8 min. Agrega el **caldo**, baja el fuego y deja que hierva a fuego lento tapado durante 5-6 min.



Tritura la crema

Tritura la **crema** con la ayuda de una túrmix hasta que quede suave. Agrega el resto del **pesto** a la **crema** y mezcla bien.

CONSEJO: Agrega un poco de agua a la crema si ves que queda demasiado espesa.



Prepara las tostadas

Mientras tanto, corta la mitad del **pan de chapata** en cubos y la otra mitad en **rebanadas** de 1 cm de grosor. Coloca las **rebanadas** en una bandeja de horno con papel de horno y extiende la mitad del **pesto de albahaca** por encima. Agrega un chorrito de **aceite de oliva** y hornea durante 8-10 min.



Emplata

Vierte la **crema** en platos hondos y agrega el **queso crema**, luego, espolvorea el **eneldo** y añade los **picatostes**. Coloca las **rebanadas de chapata** con **pesto** a un lado.

¡Que aproveche!