Crema bicolor de coliflor y calabacín

Categoria	Tempo de preparação	Dificuldade	Custo	Com quem?	Nº de pessoas
Sopas	Seleccione	Fácil	Seleccione	Con la familia	4 pessoas

Ingredientes

- 50ml Aceite Gallo Virgem Extra Reserva
- 200gr cebolla
- 50gr ajo
- 300gr coliflor
- 300gr calabacín
- QB sal y pimienta

1. Comience por cortar todas las legumbres en pedazos pequeños.
2. Lleve una cacerola a fuego lento con el aceite y junte el ajo, la cebolla y el coliflor.
3. Tape y deje estofar durante aproximadamente 15 minutos.
4. Enseguida vierta agua, condimente con sal y deje cocer bien, hasta que las legumbres esten desechas.
5. Después de cocinar, triture bien y reserve un poco de sopa blanca.
6. Junte el calabacín a la restante sopa y deje cocinar mas 5 minutos.
7. Despues de cocida, triture nuevamente y rectifique condimentos.
8. Sirva, colocando la sopa verde en un plato fondo, y enseguida la sopa blanca.

9 Finalice con un poco de Aceite Gallo Virgen Extra Reserva y pimienta molída al momento.

Dicas do Chef

Si lo desea, decore la sopa con pequeños trozos de calabacín y coliflor. Utilice la sopa blanca para diseñar diferentes formas en el plato.

Produtos utilizados

Reserva

Aceite de Oliva Virgen Extra

Veja também

Sopas Médio Fácil

Gaspacho de meloa e feta

Sopas Médio Fácil

Creme de legumes e frango com massinha

Sopas Médio Fácil

Gaspacho alentejano com queijo atabafado

Sopas Rápido Fácil

Puré de beterraba e castanha

Sopas Rápido Fácil

Sopa Glória

Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide