



Crema bicolor de coliflor y calabacín





Categoría
Sopas


Tempo de preparo
Rápido


Dificuldade
Fácil


Custo
Económico


Com quem?
Con la familia


Nº de pessoas
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

Finalize com um pouco de Azeite Gallo Virgen Extra Reserva y pimienta molida al momento.



Dicas do Chef

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

Produtos utilizados



Reserva

Azeite de Oliva Virgen Extra

Veja também

Sopas Médio Fácil

Creme de abóbora, pistácios e Azeite Novo com crocante de parmesão

Sopas Rápido Fácil

Gaspacho de melancia

Sopas Rápido Fácil

Creme bicolor de couve-flor e curgete

Sopas Rápido Médio

Creme de tomate com “nuvens” de creme de abóbora

Sopas Rápido Fácil

Puré de brócolos e castanhas



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2019 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide