



BANCO DE
ALIMENTOS
BOGOTÁ®
—DESDE 2001—

CREMA DE CALABACÍN CON QUESITOS



RACIONES
4 porciones

INGREDIENTES

- 2 remolachas cocidas
- 1 papa pequeña cocida (opcional, para dar más suavidad)
- Un chorrito de aceite o una cucharadita de margarina
- Sal al gusto

PREPARACIÓN

- Pela las papas y córtalas en trozos pequeños.
- Pela la cebolla y córtala en trozos similares.
- Lava los calabacines y córtalos en rodajas.
- En una olla grande, calienta un poco de aceite y saltea la cebolla hasta que esté transparente.
- Agrega las patatas y los calabacines y cocina durante unos minutos.
- Vierte el caldo de verduras en la olla y lleva todo a ebullición.
- Reduce el fuego y deja cocinar a fuego lento hasta que las verduras estén tiernas.
- Una vez cocidas, añade los quesitos y remueve hasta que se derritan y se integren completamente.
- Retira la olla del fuego y deja que la mezcla se enfríe un poco.
- Luego, tritura todo hasta obtener una textura suave y cremosa.
- Si lo prefieres, puedes pasar la crema por un colador para conseguir una textura aún más fina. Prueba y ajusta la sazón con sal y pimienta.
- Sirve la crema en platos hondos

#JUNTOS CONTRA EL HAMBRE®