



Crema de calabaza asada con queso crema

Receta para 4

INGREDIENTES

- | | |
|---|--|
| ☐ 800 g Calabaza | ☐ 80 g Queso crema |
| ☐ 1 unidad Cebolla | ☐ 1 pizca Nuez moscada |
| ☐ 1 unidad Zanahoria | ☐ 1 cucharadita Sal |
| ☐ 2 unidades Diente de ajo | ☐ 1 pizca Pimienta negra |
| ☐ 3 cucharadas Aceite de Oliva | ☐ 2 cucharadas Semillas de calabaza |
| ☐ 600 ml Caldo de verduras | |
-

PREPARACIÓN

1. Precalienta el horno a 200 °C con calor arriba y abajo. Pela la calabaza, quita las pepitas y córtala en trozos de unos 3 cm para que se asen por igual.

2. Pela la cebolla y la zanahoria y pártelas en trozos grandes. Colócalo todo en una bandeja con los ajos sin pelar, el aceite, la sal y la pimienta, y mezcla con las manos.

3. Hornea 35 minutos, removiendo a mitad de tiempo, hasta que la calabaza esté tierna y con los bordes algo dorados. Esos bordes tostados son los que dan sabor a la crema.

4. Pasa las verduras a una olla y pela los ajos, que saldrán blandos al apretarlos. Añade el caldo caliente y la nuez moscada, y cuece 10 minutos a fuego medio.

5. Tritura con la batidora hasta que no queden grumos. Si queda muy espesa, añade caldo o agua de

poco en poco hasta lograr la textura que prefieras.

- 6.** Incorpora el queso crema en trozos y tritura de nuevo unos segundos. Prueba y rectifica de sal. Sirve caliente con las semillas de calabaza por encima.