Pau | al xup-xup




SOPES I CREMES · VEGETARIÀ

# Crema de verdures senzilla per post Nadal

1 ració  274 kcal

## Ingredients

- Verdures de l'escudella del meu reel anterior
- Brou de l'escudella del meu reel anterior
- 1 ou
- Oli
- Sal i pebre

PER RACIÓ

| | |
|---|---|
| Proteïnes | 13 g |
| Greixos | 17 g |
| Hidrats | 20 g |
| Fibra | 7 g |

## Elaboració

1. Aprofitar el brou per desenganxar el dorat de les verdures del fons de la paella
2. Reduir el brou per potenciar el sabor de les verdures
3. Al final, aconseguir la textura de crema desitjada

RECOMANACIONS

Si la fiques a la nevera tornarà a tenir una textura més gelatinosa, degut al colàgen. Llavors s'haurà d'escalfar a foc baix o al microones una estona fins que torni a adquirir la textura de crema.

Fet amb CookNest