HerZechef 👆



SOPAS Y CREMAS · VEGANO

Crema de tomate

2 raciones 225 kcal

Ingredientes

- **1** patata
- **1** cebolla
- **500 ml** de tomate triturado
- Aceite de oliva
- Sal
- Pimienta negra

POR RACIÓN

Proteínas	5,7 g
Grasas	8,3 g
Hidratos	34 g
Fibra	6,1 g

Elaboración

1. Pelar una patata y una cebolla entera, y cortar la cebolla de manera chapucera
2. En una cazuela con un chorrito de aceite, pochar primero la cebolla hasta que quede transparente
3. Dar unas vueltas a las patatas
4. Pasados unos minutos, echar el tomate triturado, rellenar con agua, un poco de sal y pimienta negra
5. Dejar hervir hasta que la patata esté blandita
6. Triturar con la minipimer hasta obtener una crema fina y sedosa

RECOMENDACIONES

Servir caliente con unos picatostes de pan por encima.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto