



## Consejo del chef

Puedes servir la crema de guisantes acompañándola de guisantes, brotes y queso de cabra.

## Raciones para 4

500 g  
Guisantes  
1  
Cebolla  
800 ml  
Caldo de verduras  
2 cucharadas  
Menta fresca picada  
3 cucharadas  
Aceite de oliva  
  
Sal y pimienta

- 1 Pon a calentar en una cazuela el aceite de oliva a fuego suave y añade la cebolla troceada. Rehoga la verdura durante unos 10 minutos.
- 2 Una vez que la cebolla esté tierna, añade los guisantes y el caldo y, cuando llegue a ebullición, baja el fuego y deja que cueza durante 10 minutos más.
- 3 Aparta del fuego y añade la menta fresca.
- 4 Tritura con una batidora hasta que la crema de guisantes esté fina. Salpimenta al gusto.
- 5 Mete la crema de guisantes y menta al frigorífico hasta la hora de servir.
- 6 Puedes servir la crema de guisantes acompañándola de guisantes, brotes y queso de cabra.

# Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/crema-fria-de-guisantes-y-menta/>

**COOKING**  
**LOVERS** 