

Crema antiinflamatoria de zanahoria y cúrcuma

COOKING
LOVERS TRIA



Consejo del chef

Sirve esta crema caliente y decora con un chorrito de aceite, semillas y perejil fresco.

Raciones para 2

4
Zanahorias
2
Patatas
2
Cucharadas de cúrcuma en polvo
1
Cucharadita de nuez moscada
Sal y pimienta al gusto
Aceite de Oliva Virgen Extra
Pimentón
Perejil
Semillas de calabaza y girasol

- 1 En una cazuela con agua hirviendo cocinamos las zanahorias y las patatas peladas y cortadas en dados. Cuando estén blanditas retiramos el exceso de caldo, salpimentamos, agregamos las especias y batimos hasta obtener una crema homogénea.
- 2 En un recipiente a parte, mezclamos 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra con una cucharadita de pimentón ahumado para obtener un aceite tintado.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/crema-antiinflamatoria-de-zanahoria-y-curcuma/>

COOKING
LOVERS 