

Crema de coliflor con hinojo y puerro



Ingredientes

- 1 Bulbo de hinojo mediano
- 600 gr. de Coliflor
- 2 Puerros
- 1 Cebolla
- 250 grs. de Leche semidesnatada, desnatada o vegetal (al gusto)
- 350 grs. Caldo de verduras
- Aceite de oliva virgen
- Sal y Pimienta
- Perejil



Preparación

Limpia el hinojo, retirando las capas externas y aprovechando todo el bulbo incluso las hojas y los tallos si los tiene.

Limpia la coliflor, retirar las hojas, trocear todo y reservar.

Pica el puerro y la cebolla pequeños, pochá los ligeramente en una olla con un poco de aceite y en cuanto estén pochados añá la coliflor y el hinojo cortados.

Agrega la leche y la mitad del caldo y deja que hierva unos 20 minutos, controla el líquido y si la verdura ya está blanda, apaga el fuego y tritura comprobando la mezcla y añadiendo el resto del caldo hasta que quede con el espesor deseado.

Como en todas las cremas, una vez trituradas es recomendable darle un nuevo hervor para que se eliminen las burbujas de aire y así sea más digestiva.

Pica unas ramitas de perejil y añádlas en cada plato una vez servida la crema, termina con un chorrito de aceite virgen extra y pimienta negra.