

CREMA DE CALABACÍN Y ARROZ

INGREDIENTES

700 g de calabacines

1/2 cebolla y 2 dientes de ajo

2 patatas medianas

120 g de arroz

50 g de aceite

800 g de agua

especias al gusto y sal (yo hecho pimienta, una pizca de nuez moscada y una pizca de comino molido)

PREPARACIÓN

Echar en el vaso ajos, cebolla y aceite, 2 minutos 100° velocidad 4.

Añadir las patatas peladas y troceadas y el calabacín troceado (yo los pelo todos menos un trozo), el agua, la sal y especias.

Cocer 15 minutos a 100°, velocidad 1. Triturar 1 minuto a velocidad 8.

Incorporar el arroz y cocer 15 minutos velocidad 1.

Triturar de nuevo 5-7-9.