CREMA DE ACELGAS AL CILANTRO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 1 unidad de manojo grande de acelgas sin pencas
- 2 unidades de cebolla
- 2 dientes de ajo
- 10 g de piñones
- 150 g de queso cremoso
- 40 g de aceite de oliva
- 500 ml de caldo de verdura
- 15 g de cilantro fresco
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Pela las cebollas, los ajos y pícalos de forma irregular y colócalos en un cazo amplio. Lava las acelgas y córtalas y añádelas al cazo. Incorpora 4 cucharadas de aceite y cocina tapadas durante 10 minutos a fuego suave. Cubre con el caldo y deja cocinar otros 20 minutos más a fuego medio.
- Dora ligeramente los piñones en una sartén y reserva.
- Deja enfriar el caldo con las acelgas, las cebollas y el ajo, añade el cilantro fresco sin tallos y salpimienta.
- Tritura con una batidora incorporando el queso. Pasa por un chino para que quede bien fina.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 7.1 g	Grasas 24.6 g
Kcal 287	Proteinas 8.4 g

Templa nuevamente y sirve con los piñones por encima.