



CREMA DE CALABAZA Y ALMENDRAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 800 g de calabaza
- 500 ml de caldo de verdura
- 40 g de almendras
- 40 g de queso parmesano
- 2 unidades de yema de huevo
- 1 unidad de cebolla
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Retira las semillas y la piel de la calabaza y luego córtala en trozos pequeños.
- Seguidamente lava la cebolla, pícala y colócala junto con la calabaza en una cazuela; vierte el caldo, tapa y hornea a la potencia máxima 15 minutos.
- A continuación, tritura todos los ingredientes, corrige de sal y añade las yemas batidas. Deja reposar durante 2 minutos y vuelve a remover. Pica las almendras muy finamente y mézclalas con el parmesano. Por último, espolvorea la crema de calabaza y sírvela caliente.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 8.6 g	Grasas 12.3 g
Kcal 192	Proteínas 9.3 g