

Crema de zanahoria con curry y leche de coco

Posted on March 10,2012 by hiulitscuisine

Ingredientes:

(para 3-4 personas)

- 4-5 zanahorias
- 2 patatas
- 1 cebolla
- 1 cucharadita de curry
- 1 cucharada de jengibre rallado (*opcional*)
- 400 ml de leche de coco
- 1 cucharada de margarina (*o 2 cucharadas de aceite de oliva*)
- 1 l de agua

•

Tiempo de preparación:

- 30 min (+ nevera)

Preparación:

1. Pelar y cortar la cebolla y las patatas en dados.
2. En una olla, poner la margarina (*o el aceite*) y sofreír la cebolla durante un par de minutos. Añadir las patatas y sofreír 2 min más.
3. Pelar y cortar las zanahorias en rodajas, añadir a la olla y sofreír con el resto de ingredientes durante 2 min.
4. Añadir el curry y el jengibre rallado y remover bien para que se impregnen bien todos los gustos.
5. Añadir el agua y dejar cocer unos 20 min.
6. Triturar con la batidora, añadir la leche de coco, salpimentar al gusto y terminar de triturar.
7. Dejar enfriar en la nevera.

Nota:

- Se puede tomar bien caliente también! :)

Posted in:Cocina Asiática,Cocina Tradicional,Entrantes,Recetas,Sopas Y Cremas | Tagged:Aceite De Oliva,Cebolla,Curry,Jengibre,Leche De Coco,Zanahoria | With 2 comments