

PURÉ DE PATATAS CON KALE

Ingredientes:

- 800g de patatas
- 200g de kale
- 1 cebolla morada cortada en aros
- 100g de espinacas
- 100g de setas shiitake
- Aceite de oliva virgen extra
- 4 cucharadas de mantequilla
- 300ml de leche vegetal
- 100ml de crema de avena para cocinar
- Una pizca de pimienta
- Cilantro o perejil picado



Preparación:

- 1º. Pela las patatas, córtalas en rodajas y mételas en una olla grande en agua hirviendo con sal. Cocina unos 15 minutos hasta que las patatas estén tiernas.
- 2º. Pon a fuego medio una olla antiadherente o wok, con 2 cucharadas de mantequilla. Añade la cebolla y sofríe durante un par de minutos. Añade el kale laminado fino y las setas shiitake lavadas y cortadas en cubos. Cocina durante 5 minutos y echa las espinacas también laminadas.
- 3º. Añade la bebida vegetal, la crema de avena, la sal y la pimienta, y sigue cocinando. Cuando hierva, retíralo del fuego y reserva.
- 4º. Cuela las patatas y machácalas con un pasapuré.
- 5º. Añádelas al wok junto con las otras dos cucharadas de mantequilla y mezcla bien con una cuchara de madera. Verás que la patata va absorbiendo poco a poco todo el líquido. Decora con cilantro o perejil y... ¡Listo!

¡Fácil, sano y de temporada!