



CREMA DE ZANAHORIA MORADA

Ingredientes

PARA 3 PERSONAS

- 200 gr de zanahorias moradas
- 1/2 cebolla
- Ramitas de cilantro fresco
- Anacardos
- Leche de coco
- 1 taza de agua o caldo de verduras
- Aceite de coco
- Pimienta negra molida
- Sal marina

Preparación

1º. Pelar las zanahorias y cortarlas a trozos; hacer lo mismo con la cebolla. Rehogar todos los ingredientes en una cazuela con una cucharada de aceite de coco, añadir una pizca de sal y pimienta, tapar y mantener a fuego muy suave durante unos 7 minutos. Añadir el caldo vegetal o el agua y dejar cocinar otros 15- 20 minutos, hasta que la zanahoria esté bien tierna.

2º. Triturar los anacardos en un mortero y tostar en una sartén con un poco de aceite de coco hasta que estén dorados.

3º. Poner la zanahoria cocida en la batidora y añadir las hojas de cilantro fresco. Batir hasta obtener una crema fina. Servir en boles o tazas y decorar con los anacardos tostados, un chorrito de leche de coco y unas hojas picadas del cilantro.

[HTTPS://SOYCOMOCOMO.ES/](https://soycomocomo.es/)