



CREMA DE PUERROS CON HINOJO Y MANZANA

Ingredientes

- 3 puerros
- 1 bulbo de hinojo
- 1 manzana o 1 pera (las dos opciones quedan muy bien)
- 80 ml de vino blanco
- Hierbas provenzales al gusto
- 1 cucharadita de comino molido
- Pimienta negra
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra.

Preparación

1. Lava bien los puerros, el hinojo y la manzana.
2. Retira la parte verde de los puerros y córtalos en rodajas. Quitale la base dura del hinojo, también podemos usar las ramas. Reserva las hojitas para decorar y trocea el resto. Pela, descorazona y corta la manzana en trozos.
3. Calienta aceite en una olla y saltea los puerros durante 2 minutos.
4. Añade el hinojo troceado y las hierbas provenzales. Cocina removiendo durante 5 minutos.
5. Agrega la manzana y el vino blanco, dejando que el alcohol se evapore.
6. Salpimenta al gusto, añade el comino y mezcla bien.
7. Cubre con agua o caldo y cocina a fuego bajo, con la olla medio tapada, durante 15-20 minutos hasta que los vegetales estén tiernos.
8. Tritura la mezcla con batidora y ajusta la textura con más líquido si es necesario.
9. Decora con las hojitas de hinojo reservadas y sirve caliente.

FUENTE: [HTTPS://WWW.DIRECTOALPALADAR.COM/](https://www.directoalpaladar.com/)

WWW.VALLEYVEGA.ORG

COOPERATIVA AGROECOLÓGICA DE GRANADA