

Crema fría con Yogurt Griego Zörba

#LaAlegriaDeVivir

zörba
LÁCTEOS

INGREDIENTES 4 PERSONAS

- 100 gr de Yogurt Griego Natural Zörba
- 200 gr de puerro
- 400 gr de espinaca
- 20 gr de cilantro
- 25 gr en hojas de albaca
- 10 gr en hojas de perejil
- Crutones de pan
- 5 gr de ajo
- 1 limón
- Sal y pimienta al gusto

PREPARÉMOSLO

1. Cortamos el puerro en julianas (corte de 4 cm de largo y 2 mm de ancho) y el ajo finamente, luego llevamos a fuego una sartén con unas gotas de aceite de oliva. Cocemos el puerro junto al ajo hasta caramelizar, Reservamos.

2. Deshojamos y limpiamos la espinaca y las demás plantas herbáceas para luego blanquear (técnica de cocción en la cual se somete un ingrediente por tiempo controlado en agua a punto de ebullición y se detiene la cocción con abundante agua con hielo) todas juntas durante 2 min, retiramos del agua caliente y pasamos a un recipiente con abundante agua y hielo, escurrimos y cortamos en pequeños trozos.

3. Llevamos el puerro caramelizado y las hojas cocidas a una licuadora junto al Yogurt Griego y el caldo de cocción donde se blanquearon las plantas herbáceas. Ten en cuenta que puedes modificar la consistencia de la textura añadiendo o reduciendo el agua de la receta; procesamos a máxima velocidad hasta obtener una consistencia cremosa. Por último salpimentamos, agregamos unas gotas de limón para equilibrar la acidez y llevamos al refrigerador.

PRESENTACIÓN

Servir tanto la crema como el plato frío, decorar con crutones de pan, Yogurt Griego, hojas de albaca y frutos secos.

Tips para crutones de pan: Solo debes cortar pan en cubos no más grandes que 1 centímetro. Agregamos en una sartén algunas gotas de aceite de oliva, un diente de ajo machacado y algunas ramas de tomillo, acompañando los cubos de pan para aromatizar. Es importante el constante movimiento para evitar quemar nuestros crutones.

#LaAlegriaDeVivir

zörba
LÁCTEOS