



CREMA DE CARLOTA

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 500 g de carlota
- 150 g de porro
- 150 g de ceba
- 250 g de creïlla
- 40 g de oli d'oliva
- sal
- 2000 ml de caldo de verdura

LA PREPARACIÓ

- Peleu les creïlles i tal·leu-les en trossos grans.
- Peleu i trossegeu la carlota, el porro (la part blanca) i la ceba.
- Ofegueu en una cassola, amb un poc d'oli la carlota, el porro i la ceba (ha de quedar lleugerament daurada).
- Afegiu-hi la creïlla i cobriu-ho amb aigua o caldo (uns 2 L).
- Quan la creïlla estiga tendra, retireu-ho del foc i tritureu-ho bé (passeu-ho pel colador xinès si voleu aconseguir una textura més fina). Salpebreu-ho.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 18 g	Grases 11.4 g
Kcal 202	Proteïnes 4.4 g