



Crema de zanahoria con nueces macadamia

Ingredientes

- 500 g zanahorias
- 4 cucharadas de aceite
- media cebolla grande
- 60 g nueces de macadamia
- 200 ml agua
- 50 ml leche de soja
- nuez moscada
- jengibre
- sal
- picatostes.

Preparación

Raspar las zanahorias y partirlas en rodajas, reservar .

En la olla a presión poner a calentar el aceite, cuando comience a humear añadir la cebolla picada y dar unas vueltas hasta que empiece a coger color .

Añadir las nueces de macadamia machacadas, dar unas vueltas .

Añadir el agua, las zanahorias, la nuez moscada, jengibre y la sal .

Cerrar la olla y cuando alcance la presión contar 10 minutos (Dependerá del tipo de olla, consultar tiempo en el manual de la olla) .

Dejar que la olla se enfríe sola, cuando haya perdido la presión abrir .

Con una batidora triturar el contenido de la olla, añadir la leche de soja y batir hasta conseguir una crema fina, si estuviera muy espeso añadir un poco más de leche .

Servir caliente con unos picatostes fritos .