

Crema de setas shiitake con crujiente de queso con picatostes de ajo caseros

Vegetariano

11



Setas shiitake



Queso italiano
rallado curado



Pan de chapata



Leche



Cebolla

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva,
azúcar, agua, ajo.

Cocinando: 20 mins
Listo en: 30 mins



Las cremas hechas a partir de setas son principalmente comunes en Europa, aunque hemos querido ofrecerte una versión con toques asiáticos gracias al uso de las setas shiitake, un producto cargado de umami. Completamos la crema con un crujiente de queso y picatostes caseros, que aportarán a esta receta un matiz crujiente adictivo.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Bol, túrmix, jarra medidora, sartén antiadherente, olla, espátula, tostadora, rallador fino.

Ingredientes

	2P	4P
Setas shiitake	1 paquete	2 paquetes
Queso italiano rallado curado* 7)	20 gramos	40 gramos
Pan de chapata 13)	2 unidades	4 unidades
Leche 7)	200 ml	400 ml
Cebolla	1 unidad	2 unidades
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas
Agua	300 ml	600 ml
Ajo	1 unidad	2 unidades

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	396 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2173/ 519	550/ 131
Grasas (g)	30,0	7,6
de las cuales saturadas (g)	7,7	1,9
Carbohidratos (g)	63,5	16,1
de los cuales azúcares (g)	10,0	2,5
Proteínas (g)	18,1	4,6
Sal (g)	2,1	0,5

Alérgenos

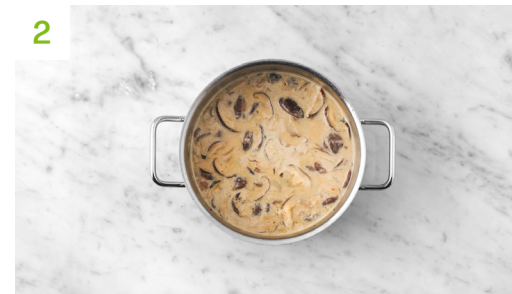
7) Leche 13) Cereales que contienen gluten.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.



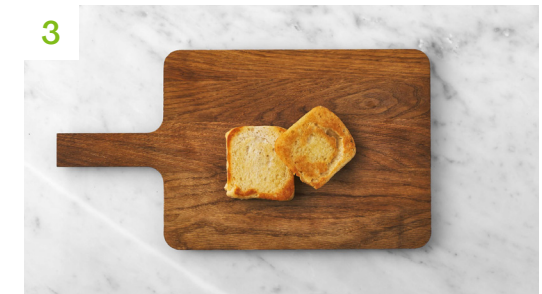
Carameliza la cebolla

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela la **cebolla**, divídela en dos y córtala en tiras finas. En una olla, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega la **cebolla** y **sal** y cocina 2-3 min. Luego, añade el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes) y cocina a fuego medio-bajo 5-6 min más, removiendo frecuentemente.



Cocina las setas

Limpia las **setas shiitake** con un paño húmedo y córtalas en láminas finas. En la olla con la **cebolla**, agrega las **setas** y cocina a fuego medio-alto 3 min, removiendo ocasionalmente, hasta que se doren. Añade la **leche** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y lleva a ebullición, luego, cocina a fuego medio 5 min. **Salpimienta** al gusto.



Tuesta el pan

Pela y ralla el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). En un bol pequeño, mezcla el **ajo** rallado al gusto, un chorrito generoso de **aceite**, **sal** y **pimienta**. Abre el **pan de chapata** y tuéstalo en la tostadora hasta que esté ligeramente dorado. Una vez tostado, agrega sobre el **pan de chapata** el **aceite de ajo**. Luego, corta el **pan de ajo** en dados de 1 cm.

CONSEJO: Si no tienes tostadora, puedes utilizar el horno para tostar el pan.



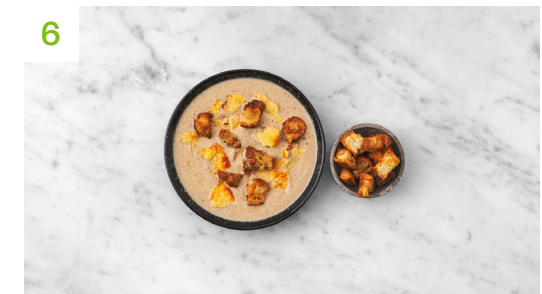
Tritura la sopa

Cuando las **verduras** y el **caldo** se hayan cocinado 5 min, tritura con un túrmix, hasta obtener una **sopa** homogénea y suave. Prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**.



Prepara el queso crujiente

Calienta una sartén antiadherente a fuego medio sin aceite y reparte el **queso italiano** en dos pequeños montones en la sartén, dejando un espacio entre ellos. Cocina 2 min, da la vuelta con una espátula y cocina 2 min más, hasta conseguir dos piezas de **queso** tostado y crujiente.



Emplata y disfruta

Trocea el **queso** crujiente. Sirve la **crema de setas shiitake** en platos y cubre con el **queso** crujiente y **picatostes** al gusto. Agrega un chorrito de **aceite** sobre la **crema** y sirve los **picatostes** restantes a un lado.

¡Que aproveche!

¡Recíclame!



¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro
ingrediente secreto.

