

# Vichyssoise con manzana caramelizada con champiñones cremosos al tomillo

Familia Vegetariano

12



Puerro



Manzana



Caldo vegetal



Nata líquida



Cebolla



Nuez moscada



Cebollino



Queso crema



Tomillo seco



Champiñones

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

Cocinando: 30 mins  
Listo en: 35 mins



Si buscabas una crema clásica y llena de sabor, has dado con la receta perfecta. La vichyssoise tiene una gran historia en Francia y es preparada allí desde hace décadas. En este caso, te ofrecemos una versión que va más allá, agregando manzana caramelizada y sirviendo a un lado champiñones cremosos al tomillo como acompañamiento.

## 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:

Túrmix, tapa, jarra medidora, sartén antiadherente, olla.

## Ingredientes

	2P	4P
Puerro	2 unidades	4 unidades
Manzana	1 unidad	2 unidades
Caldo vegetal <b>10</b>	1 sobre	2 sobres
Nata líquida <b>7</b>	200 ml	400 ml
Cebolla	½ unidad	1 unidad
Nuez moscada	1 sobre	2 sobres
Cebollino	½ unidad	1 unidad
Queso crema* <b>7</b>	1 paquete	2 paquetes
Tomillo seco	½ sobre	1 sobre
Champiñones*	250 gramos	500 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades
Agua	150 ml	300 ml
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	566 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2198/ 525	389/ 93
Grasas (g)	36,2	6,4
de las cuales saturadas (g)	16,1	2,8
Carbohidratos (g)	55,6	9,8
de los cuales azúcares (g)	24,3	4,3
Proteínas (g)	10,9	1,9
Sal (g)	3,1	0,6

## Alérgenos

7) Leche **10**) Apio.

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



### 1 Prepara las verduras

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Pela la **cebolla** y corta una mitad (doble para 4p) en daditos. Retira las raíces y el extremo verde del **puerro** y deséchalos. Córtales por la mitad a lo largo y, luego, corta en medias lunas finas. Corta la **manzana** por la mitad y retira el corazón. Luego, corta en dados de 1 cm y reserva hasta el paso 3.



### 2 Cocina la vichyssoise

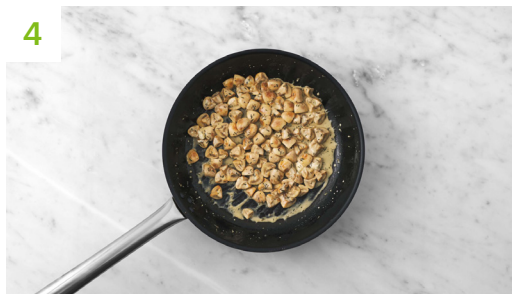
En una olla, añade un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min. Luego, agrega la **cebolla** y el **puerro, salpimienta** y cocina 5-6 min, removiendo, hasta que las **verduras** empiecen a ablandarse. Agrega la **nata líquida**, el **caldo vegetal** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes). **Salpimienta**, mezcla y tapa la olla. Lleva a ebullición, luego, cocina a fuego medio-bajo 6-7 min, hasta que las **verduras** estén blandas.



### 3 Carameliza la manzana

Mientras tanto, calienta una sartén antiadherente a fuego medio. Agrega la **manzana** y el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes), la **nuez moscada** y un chorrito de **agua**. Cocina 3 min con la tapa puesta y, luego, 3 min sin tapar, hasta que la **manzana** se haya oscurecido y esté caramelizada. Remueve ocasionalmente. Cuando esté lista, reserva en un plato.

**CONSEJO:** Agrega más agua para caramelizar la manzana si es necesario.



### 4 Saltea los champiñones

Limpia los **champiñones** con un paño húmedo. Retira y desecha el extremo del pie de los **champiñones**. Luego, córtalos en cuartos. En la sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega los **champiñones** y saltéalos 4-5 min, removiendo. Retira del fuego, agrega el **queso crema** y la mitad del **tomillo seco** (doble para 4p), **salpimienta** y mezcla.



### 5 Tritura la vichyssoise

Cuando las **verduras** de la olla se hayan cocinado, tríturalas con un túrmix, de manera que quede una **crema** lisa. Prueba la **crema** y rectifica de **sal** y **pimienta**. Pica la mitad del **cebollino** (doble para 4p).

**CONSEJO:** Puedes agregar un chorrito de agua si prefieres la crema menos espesa.



### 6 Emplata y disfruta

Sirve la **vichyssoise** en platos hondos y agrega encima la **manzana caramelizada**. Espolvorea el **cebollino** picado al gusto sobre la **crema**. Sirve los **champiñones** en un bol junto a tu plato para acompañar la **vichyssoise**.

¡Que aproveche!

¡Recíclame!



Por favor, recicla nuestros envases



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

