

Crema de Auyama y Vegetales Asados



Ingredientes

1 auyama o calabaza de aproximadamente 1 Kg.
1 taza de tomates Cherry.
2 tallos de celery o apio.
1 tallo de cebolla larga o verde.
1 cebolla mediana
1 zanahoria grande.
½ calabacín o zucchini.
2 arracachas o apio venezolano.
3 dientes de ajo molido.

Preparación

Paso 0: Precalentar el horno a 180°C.
Paso 1: Pelar y lavar todos los vegetales que lo necesiten (auyama o calabaza, arracacha o apio venezolano, cebolla, cebolla larga, calabacín o zucchini, y zanahoria) y cortarlas en cuadros. Los tomates solo cortarlos a la mitad. La cebolla larga y el celery o apio solo cortarlos en pedazo pequeños.

15 hojas de albahaca fresca.
1 cucharadita de hierbas italianas (opcional).
Hojuelas de ají picante o pimienta de cayena (opcional).
300 ml de crema de leche.
300 ml de leche.
Queso parmesano al gusto
Aceite de Oliva.
Sal y Pimienta al gusto.

Paso 2: Las hojas de albahaca solo cortarlas con las manos. El ajo de ser molido.

Paso 3: En una olla grande suficiente para que quepa todas las verduras ya cortadas.

Paso 4: Añadir el ajo, aceite, albahaca, pimienta de cayena o hojuelas de ají, hierbas italianas, sal y pimienta al gusto. Revolver todo hasta que todas las verduras estén cubiertas por los condimentos.

Paso 5: En una placa de horno o una bandeja de horno forrada con papel de horno (eso es solo para que no se peguen pues por experiencia aun untando con aceite las verduras se pegan a la bandeja) distribuir las verduras de manera que queden en una sola capa (se cocinan más rápido).

Paso 6: Hornear por uno 40 o 50 min o hasta que se caramelicen y se vean brillantes.

Paso 7: Sacarlas del horno y esperar que se enfríen ligeramente. Llevarlos a la licuadora con la crema de leche y la leche. Lo más probable es que tengas que hacerlo en baches (porciones).

Paso 8: Cuando termines de licuar rectifica la sazón pues se ha agregado leche y crema de leche lo que puede bajar la sal.

Sirva con un poco de queso parmesano como guarnición, queda espectacular.

Programando la Vida