

RECETA

Crema de Coliflor y Anacardos



Tiempo de preparación: **30 minutos**

Ingredientes para **6 personas**

Ingredientes

- Coliflor (+/-700g)
- 200 ml de nata líquida para montar
- 100 g de anacardos
- 4 claras de huevo
- Nuez moscada, sal y pimienta

Preparación

1. **Al vapor.** Preparamos la coliflor al vapor, alrededor de 15 minutos es suficiente.
2. **¡A tostar!** Mientras se cocina la coliflor, tostamos los anacardos hasta que cojan un color dorado, usaremos un fuego medio para que no se quemen.
3. **¡A triturar!** Reservamos algunos arbolitos para decorar. Trituramos la coliflor junto con los anacardos hasta que tengamos una crema homogénea y fina. Sazonamos al gusto con la nuez moscada, la sal y la pimienta.
4. **¡A montar!** Montamos la nata y la añadimos a la crema de coliflor con movimientos delicados y envolventes para no bajar el punto de la nata. Seguidamente montamos las claras a punto de nieve y la añadimos a la mezcla anterior con la misma delicadeza.
5. **¡A comer!** Servimos tibio decorando con los arbolitos que reservamos.

Consejos

Si lo deseas puedes añadir unos trocitos de anacardos troceados y unas gotitas de aove en la decoración.

NUTRIMENTUS



By Blanca Oliver