



Paso 1



Paso 2



Paso 3

## CREMA DE HABAS Y MENTA

### Ingredientes para 4 personas:

- 450 g de patatas LZR en dados pequeños
- 500 g de habas descongeladas si son congeladas
- 800 ml de caldo de verduras
- 1 cebolla roja picada pequeña
- Un chorrito de aceite de oliva
- 2 dientes de ajo triturados
- 2 cucharadas de menta fresca picada pequeña
- 1 yogurt griego para adornar
- Unas hojitas de menta para adornar



**PASO 1:** Calienta el aceite en una olla, añade los ajos y la cebolla y saltéalo un par de minutos. Echa las patatas y rehógalas durante 5 min. removiendo. Pon las habas y el caldo también, tapa y deja cocer hasta que las hortalizas estén tiernas (unos 15 min.)

**PASO 2:** Abre la olla, quita parte de las hortalizas y déjalas en un platito a parte. El resto pásalo por la batidora hasta que quede fino.

**PASO 3:** Cambia la crema resultante a una olla limpia. Añade la menta y las hortalizas que habías apartado. Dale vueltas y déjalo calentar un par de minutos ó 3 para que se ligue. La apariencia es de una crema con tropezones de verduras. Adórnalo con hojitas de menta y un poquito de yogurt.



Para ver la receta online acceda a: <https://www.recetaslzo.com/receta/crema-de-habas-con-menta>