



Crema di patate con crostini di pane

Crema di patate con crostini di pane: un'elegante carezza per il palato da preparare in pochi minuti. Attenzione! Fa molto bene alla salute!



Foto di Armir Kaya (© Riproduzione vietata).

Crema di patate con crostini di pane: l'aspetto è quello di un piatto elegante e sofisticato che ci aspetteremmo di trovare in un ristorante stellato ma, in realtà, è una ricetta semplicissima da preparare a casa nostra e, visti gli ingredienti, anche poco costosa.

La dolcezza delle patate e del porro, il piccante offerto dal pepe, la morbidezza della vellutata che contrasta con i crostini croccanti, trasformerà questa ricetta in una sorpresa per chiunque avrà la fortuna di degustarla.

Inoltre è anche un piatto che fa benissimo alla salute perchè, oltre alle patate, contiene **il porro**, un ortaggio dalle innumerevoli proprietà.

Detto anche “cipolla gentile”, il porro (*Allium porrum*) è un digestivo, un disinfettante (veniva usato come vermifugo), un antinfiammatorio, ha proprietà diuretiche e abbassa il colesterolo. Ma non è finita perchè è anche un antianemico, rende più forti le articolazioni e ringiovanisce la pelle. In inverno è un toccasana per contrastare la stanchezza.

Ricetta della Crema di patate con crostini di pane

La ricetta è stata inviata da un nostro affezionato lettore: **Armir Kaja**.

Categoria: primi piatti

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Dosi: per 4 persone

Tempo di cottura: 40 minuti circa

Tempo totale di preparazione: 50 min.

Ingredienti per 4 persone

- 500 gr di patate;
- 1 porro;
- brodo vegetale q. b.;
- 60 gr di burro;
- sale q.b.;
- pepe bianco q.b.;
- crostini di pane q.b..

Procedimento

Sbucciare le patate, tagliatele a cubetti di circa 1 cm per lato e sciacquateli bene sotto l'acqua.

Pulite i porri, tagliateli a rondelle e lavateli.

Sciogliete il burro in una pentola e, quindi, versare i porri lasciandoli ammorbidire per qualche minuto. Aggiungere le patate e il brodo vegetale caldo fino a coprire il tutto e far cuocere per circa 30 minuti a fuoco medio.

A cottura ultimata, frullate la zuppa con un mixer, fino ad ottenere una crema liscia ed omogenea. Passatela nel passaverdure per avere un prodotto finito eccellente.

Rimettete sul fuoco e regolate con sale e pepe bianco. Servire ben caldo con i crostini di pane.

Data di creazione

28/01/2016

Autore

redazione