

21 - Crema di carote

Ingredienti per 4 persone: 350g di carote, mezza cipolla (piccola), burro o 2 cucchiaini di olio, 500-600cc di brodo vegetale, sale q.b., zucchero q.b., semi di sesamo tostati, crème fraîche (panna acida)

Soffriggere la cipolla. Pulire e tagliare a rondelle le carote.

In una pentola mettere il brodo vegetale e aggiungere cipolla soffritta e carote. Bollire e portare a cottura le carote (in pentola a pressione 10'). Frullare con minipimer. Assaggiare, regolare di sale e zucchero (se necessario).

Servire nei piatti e guarnire al centro con 1-2 cucchiaini di crème fraîche. Cospargere con i semi di sesamo tostati (oppure con piccole strisce di salmone affumicato).