



Dificultad:
Media



Porciones:
6



Tiempo:
30 minutos

Información Nutricional

Energía:	77 Kcal
Proteínas:	3.8 g
Grasa Total:	3.0 g
Colesterol:	5.7 mg
H. de Carbono:	18.7 g
Fibra Dietética:	0.90 g
Sodio:	496 mg

POTAGE DE PUERROS

Ingredientes

- 2 Cucharaditas de mantequilla
- 1 Diente de ajo
- 1 Cebolla cortada en pluma
- 4 Puerros cortados en rodajas
- 1 Tableta de caldo ajo cebolla Come Bien, Vive Bien MAGGI®
- 3 Tazas de agua
- 1 Sobre de salsa blanca MAGGI®
- 1 ½ Taza de leche SVELTY®

Preparación

1.- Calienta una cacerola con las dos cucharadas de mantequilla indicada, agrega el ajo con la cebolla y el puerro de una vez. Saltea durante 5 minutos revolviendo de vez en cuando hasta cocer levemente.

2.- Condimenta con la tableta de caldo ajo cebolla Come Bien, Vive Bien MAGGI® previamente desmenuzada y vierte de una vez el agua caliente indicada. Cocina durante 10 min. hasta cocer completamente los vegetales. Retira del fuego y entibia.

3.- Mientras prepara la salsa blanca MAGGI® disuelta en la leche SVELTY® indicada y según las indicaciones del envase en su método de cocción. Aparte procesa los vegetales que están en la cacerola con la ayuda de una juguera o una mini pimer hasta conseguir una crema lisa. Una vez lista agrega la salsa blanca recién preparada y revuelve para servir de inmediato.

Sugerencia

Acompaña esta rica crema con crutones a las finas hierbas y vegetales verdes cortados finamente.