

Crema de espárragos blancos con anchoas

Publicada por:

[imprimir](#)



- 20 '
- 20 '
- 2

Comentario nutricional

Esta crema resulta excelente para tomarla fría, pero también es una opción servirla caliente, acompañada de unos picatostes de pan fritos.

Modo express

1. Pasar los espárragos con su jugo de conserva (unos 400 gramos escurridos) por la slow juicer con el filtro grueso.
2. Escurrir y picar las anchoas.
3. Introducir el zumo de espárragos en una olla con las anchoas picadas y la maicena, batiendo bien para que se disuelva la maicena. Encender a fuego medio y cocer hasta que empiece a hervir.
4. Retirar del fuego y dejar enfriar en la nevera antes de servir.