

Crema de maíz e infusión de menta

Publicada por:

[imprimir](#)

- 10 '
- 20 '
- 4
- 
- 
- 



Comentario nutricional

Las personas diabéticas deben tener en cuenta el elevado contenido en azúcares del maíz.

Modo express

1. Pele y pique las cebollas muy finas; lave la menta (reserve unas hojas para decorar); pele y trocee las patatas.
2. Introduzca las cebollas, la mantequilla, las patatas, el maíz y la menta en la cubeta. Vierta las 4 medidas de agua.
3. Cierre la tapa y programe el menú Presión 20 minutos a 135º.
4. Traslade el contenido de la cubeta a otro recipiente y reserve unos granos de maíz enteros. Triture, emulsionando poco a poco con la nata, y salpimiente. 5

Sirva en boles individuales y decore con las hojas de menta, los granos de maíz y un hilo de aceite de oliva virgen.