



# la receta de la semana

*Crema de guisantes con virutas  
de jamón y queso azul*

precio  
x ración  
**1,20 €**



# Crema de guisantes con virutas de jamón y queso azul



4 personas



baja



20 min.

## Ingredientes

- ✓ 500 gramos de guisantes congelados
- ✓ 100 gramos de cebolla
- ✓ 150 gramos de jamón
- ✓ 200 gramos de queso azul
- ✓ Aceite de oliva
- ✓ Sal
- ✓ Pimienta

## Trucos y curiosidades

El plato tiene como ingrediente principal los guisantes. Los guisantes, son los frutos de una planta del mismo nombre, que pertenece a la familia de las leguminosas, a pesar de que con frecuencia se suelen considerar verduras.

Los frutos son vainas de hasta 10 cm de longitud, de color verde. En el interior de las mismas se encuentran las semillas (guisantes) en número de 4 a 10 y pueden ser lisas o rugosas, dependiendo de la variedad.

En los supermercados hay una amplia oferta: frescos, congelados, en conservas al natural o cocinados.

Del guisante puede aprovecharse tanto el grano, como la vaina (tirabeques o bisaltos). Sin embargo, el consumo más extendido es el de los granos a los que se denomina directamente guisantes.

La mejor forma de cocinarlos es al vapor o hervidos, pero muy poco cocinados, para que no pierdan sus vitaminas ni la mitad de sus propiedades. Una vez cocidos pueden utilizarse en innumerables platos, puesto que por su sabor suave y su textura ligeramente harinosa son fáciles de combinar. Se puede hacer sopas o purés, o agregarlos a guisos, tanto de carne o pescado, a arroces, a ensaladas en frío, etc. En esta receta, se busca el contraste del sabor ligeramente dulzón de los guisantes con el salado de las virutas de jamón y la acidez del queso azul. De este modo se enriquece considerablemente una receta sencilla.

## Elaboración

- 1 Cortamos la cebolla en juliana y la ponemos a pochar con un chorro de aceite. Una vez pochada, añadimos los guisantes y cubrimos de agua.
- 2 Dejamos cocer durante 8 minutos, retiramos del fuego y trituramos todo, pasándolo por un colador.
- 3 Rectificamos de sal y pimienta. Si no vamos a servir la crema de forma inmediata, es conveniente enfriar rápidamente para que no se oxide y pierda el color verde de los guisantes.
- 4 Picamos el jamón en juliana fina y reservamos.
- 5 Formamos quenelles de queso azul con dos cucharas.

## Acabado del plato

En un plato soperó, servimos la crema bien caliente. En el centro espolvoreamos las virutas de jamón y alrededor colocamos unas quenelles de queso azul.

También podemos servirla fría.

## Recomendamos

Agua mineral