VICHYSSOISE DE PERA AL AZAFRÁN

6 raciones **15 min** **Fácil** **Otoño · Primavera · Verano**

Sopas frias · Vegetarianas · Verdura



Información nutricional

Valores por ración

Energía	Proteínas
184 kcal	1.95 g
Grasas	**Carbohidratos**
2.27 g	9.17 g
Fibra	**Sal**
1.7 g	0.542 g

Ingredientes

- 600 g de caldo de verduras
- 350 g de puerro —solo la parte blanca—
- 300 g de patata
- 250 g de pera limpia, sin corazón
- 200 g de leche evaporada o nata ligera para cocinar
- 80 g de cebolla
- 30 g de aceite de oliva virgen extra
- 10 g de zumo de limón
- 6 g de sal
- 1 g de pimienta blanca molida
- 0,2 g de hebras de azafrán

Preparación paso a paso

TRADICIONAL

1. Preparar los ingredientes.
2. Lava bien los puerros y córtalos en rodajas. Pela la cebolla y las patatas. Pela las peras si lo deseas, retira el corazón y córtalas en trozos.
3. Infusionar el azafrán.
4. Calienta unos 50 g del caldo de verduras, sin que llegue a hervir. Añade las hebras de azafrán y deja reposar durante 10 minutos.
5. Pochar las verduras.
6. Calienta el aceite en una cazuela. Añade el puerro y la cebolla.
7. Cocina a fuego suave durante 10 minutos, removiendo de vez en cuando. Las verduras deben quedar tiernas, pero sin dorarse.
8. Añadir la patata.
9. Incorpora las patatas troceadas y remueve durante 2 minutos.
10. Cocer.
11. Añade el caldo restante, la infusión de azafrán, la sal y la pimienta blanca.
12. Lleva a ebullición y cocina a fuego medio durante 20 minutos, hasta que la patata esté tierna.
13. Incorporar la pera.
14. Añade la pera troceada y cocina durante 5 minutos más. No conviene cocinarla demasiado para mantener su sabor fresco.
15. Triturar.

16 Retira la cazuela del fuego y tritura hasta obtener una crema fina y homogénea.

17 Añadir la leche desnatada.

18 Incorpora la leche evaporada y el zumo de limón. Vuelve a triturar.

19 Ajustar la textura.

20 Si queda demasiado espesa, añade un poco más de caldo o agua.

21 Enfriar.

22 Deja que pierda temperatura y reserva tapada en el frigorífico durante al menos 3 horas.

23 Servir.

24 Remueve antes de servir y rectifica de sal. Puedes decorar con pequeños dados de pera, unas hebras de azafrán o cebollino picado.

THERMOMIX

1 Lava los puerros y córtalos en trozos. Pela la cebolla y las patatas. Retira el corazón de las peras.

2 Coloca las hebras de azafrán en un recipiente pequeño con 50 g de caldo caliente. Déjalas infusionar durante 10 minutos.

3 Introduce en el vaso:

4 350 g de puerro

5 80 g de cebolla

6 Trocea durante 5 segundos, velocidad 5.

7 Baja los restos de las paredes con la espátula y añade:

8 30 g de aceite de oliva

9 Sofríe durante 10 minutos, 120 °C, velocidad 1, sin cubilete. En TM31, utiliza temperatura Varoma.

10 Añade 300 g de patata y trocea durante 4 segundos, velocidad 4.

11 Incorpora:

12 550 g de caldo de verduras

13 La infusión de azafrán con sus 50 g de caldo

14 5 g de sal

15 1 g de pimienta blanca

16 Cocina durante 20 minutos, 100 °C, velocidad 1.

17 Añade 250 g de pera troceada y cocina durante 5 minutos, 100 °C, velocidad 1.

18 Espera unos minutos para que baje ligeramente la temperatura. Tritura durante 1 minuto, velocidad progresiva 5-10.

19 Añade:

20 200 g de leche desnatada

21 10 g de zumo de limón

22 Mezcla durante 30 segundos, velocidad 5.

23 Comprueba la textura. Si queda demasiado espesa, añade entre 50 y 100 g de agua o caldo y mezcla durante 20 segundos, velocidad 5.

24 Deja enfriar y reserva en el frigorífico durante al menos 3 horas.

Consejos

- Utiliza una pera madura pero firme para aportar aroma sin que pierda completamente su frescura durante la cocción.
- Cocina el puerro y la cebolla a fuego suave, evitando que se doren, para conservar el color claro y el sabor delicado de la crema.
- Infusiona el azafrán en una pequeña cantidad de caldo caliente durante 10 minutos antes de incorporarlo.
- Añade la pera durante los últimos minutos de cocción para mantener mejor su matiz afrutado.
- Puedes emplear leche evaporada o nata ligera para cocinar, según la textura y cremosidad que prefieras.
- Si la crema queda demasiado espesa, ajusta la consistencia con una pequeña cantidad de caldo de verduras o agua.
- Refrigérala durante al menos tres horas para que se enfríe completamente y los sabores se integren.
- Decora justo antes de servir con láminas o pequeños dados de pera y unas hebras de azafrán.