



Receta

Ñoquis de zanahoria



*Precio**

0,90 €/ración
3,50 €/4 raciones
(*precio aproximado,
sujeto a variaciones).



Dificultad

Fácil



Tiempo

15 minutos

Ingredientes:



- 1kg de zanahorias.
- 250g de patata (1 unidad).
- 1 huevo fresco.
- 5g de nuez moscada molida Vegecampo.
- 10g de ajo morado malla (4 dientes aprox.).
- 120g de queso curado italiano o Parmigiano reggiano Selección Mundial.
- 100g de queso mezcla 4 quesos rallado Dia Láctea.
- 100ml de nata para cocinar Dia Láctea.
- 20ml de aceite de oliva virgen extra La Almazara del Olivar (2 cucharadas soperas).
- Sal y pimienta al gusto.
- Harina de trigo integral (para ajustar textura).



Elaboración



Esta receta es una apuesta segura! El sabor y la textura de los ñoquis caseros enamorará a todos tus comensales. Ya no querrán probar otros. Vamos con la preparación!

- Pelamos y cortamos las zanahorias en trozos y la patata en cubos.
- Cocemos las zanahorias y la patata en agua hirviendo con sal hasta que estén tiernas, aproximadamente 15-20 minutos. Las escurrimos y las dejamos enfriar un poco. Luego las trituramos con un tenedor o las pasamos por un colador fino hasta obtener un puré suave y uniforme.
- Dejamos enfriar el puré durante unos minutos antes de agregar el huevo, la nuez moscada molida, el ajo morado picado finamente, el queso curado rallado, el aceite de oliva, la sal y la pimienta. Mezclamos bien todos los ingredientes hasta obtener una masa homogénea.
- Añadimos un poco de harina integral poco a poco al puré, mezclando con las manos hasta obtener una masa suave y maleable que no se pegue en los dedos. Agregamos la cantidad necesaria de harina gradualmente hasta lograr la consistencia deseada.
- Sobre una superficie enharinada, dividimos la masa en porciones y formamos cilindros largos de aproximadamente 2 cm de grosor. Después, cortamos los cilindros en trozos de unos 2 cm de largo para formar los ñoquis. Podemos dejarlos así o marcarlos con un tenedor para darles su forma característica.
- En una olla grande, llevamos agua ligeramente salada a ebullición y cocemos los ñoquis en lotes pequeños hasta que floten en la superficie, lo que suele tomar alrededor de 2-3 minutos. Retiramos los ñoquis cocidos con una espumadera y los transferimos a un plato.
- Para acompañar los ñoquis vamos a preparar una sencilla salsa de 4 quesos reduciendo al fuego en una cazuela 100g de queso rallado 4 quesos junto con 100ml de nata. Vamos removiendo y solo tenemos que dejar que el queso se funda, ajustar el punto de sal y dar un toque de pimienta molida.
- Servimos los ñoquis de zanahoria y patata con la salsa y ¡listo! Dale un toque fresco con un poco de perejil o cebollino picados. Ahora podemos disfrutar de esta deliciosa y nutritiva variación de los clásicos ñoquis.





Trucos y alternativas

- Si por casualidad no podemos consumir harina de trigo o preferimos otro tipo de harina, podemos utilizar harina de avena, garbanzo o harina de trigo sarraceno.
- Podemos experimentar con diferentes tipos de queso en lugar del queso curado italiano. Por ejemplo, podríamos probar con queso parmesano, queso pecorino o incluso queso cheddar para darle un giro diferente a nuestros ñoquis.
- Para agregar más sabor y frescura podríamos incorporar hierbas frescas picadas como albahaca, perejil o cilantro a la masa. Estas hierbas no solo agregarán aroma, sino que también darán un toque de color y sabor a nuestros ñoquis.

Aprovechamiento

- Si a la hora de hacer la masa hemos hecho demasiada cantidad, podemos darle la forma y guardarlos en el congelador en bolsas o en un recipiente hermético por raciones, marcando la fecha de congelación. A la hora de consumirlos solo tendremos que dejarlos descongelar en la nevera y hervirlos.
- Si deseas innovar más, puedes hervir los ñoquis e introducirlos en el airfryer unos minutos para que queden crujientes y así poder usarlos como toppings en purés o en ensaladas.
- Otra forma ingeniosa de aprovechar esta receta es convertir los ñoquis en una deliciosa sopa. Simplemente calentamos un poco de caldo de verduras en una olla grande, agregamos los ñoquis cortados en trozos pequeños y dejamos que se cocinen hasta que estén tiernos. Añadimos algunas verduras adicionales, como espinacas o guisantes, para una sopa aún más nutritiva y reconfortante. Es una excelente manera de aprovechar al máximo los ingredientes y disfrutar de una comida reconfortante en un abrir y cerrar de ojos. Esperamos que os guste esta idea y os animéis a probarla pronto.





Comer
mejor
cada

Día