Velouté de pollo y verduras (textura modificada)

Ingredientes (para 1 ración)

20 g de calabacín

40 g de zanahoria

25 g de cebolla

80 g de patata

80 g de pechuga de pollo

1 clara de huevo

5 g de harina de arroz

250 g de caldo suave

Tomillo fresco

Laurel

Elaboración

1. Pelar todas las verduras y trocear a daditos. Cortar a tiras el pollo.

2. Poner el caldo en un cazo, añadir el laurel, el tomillo y las verduras excepto el calabacín. Cocer unos diez minutos a fuego suave, añadir el calabacín y la pechuga de pollo. Cocer unos cinco minutos más. Comprobar que las verduras estén bien cocidas.

3. Colar el caldo y reservar las verduras.

4. Volver a introducir el caldo en el cazo y disolver la harina, añadir la clara de huevo y remover. Cocer un minuto hasta que espese ligeramente el líquido.

5. Volver a añadir las verduras y remover.

6. Retirar el laurel, el tomillo y triturar el conjunto hasta formar un puré homogéneo. Rectificar de líquido, si es preciso.

7. Servir caliente.

Recomendaciones

En caso de disfagia grave, puede ser necesario tamizar la elaboración para asegurar una textura bien fina y homogénea.