

# Crema de harina de garbanzo



## Ingredients

4 cucharadas de harina de garbanzo  
3 a 4 tazas de caldo de pollo (vegetales)  
1 taza de vegetales mixtos, congelados  
Sal, la necesaria  
Una pizca de cúrcuma

En un sartén tostar ligeramente la harina de garbanzo, dejar enfriar,

Licuar el caldo de pollo con la harina de garbanzo hasta obtener una mezcla cremosa.

Vaciar la crema en un sartén y dejar que tome hervor, incorporar los vegetales mixtos y cocinar por unos minutos más. Rectifica sabor agregando la pizca de cúrcuma y la sal al gusto.

**Nota:** Se puede substituir la harina de garbanzo por harina de almendras y se le puede agregar vegetales precocidos en lugar de los congelados

# Chickpea flour cream



## Ingredients

- 4 tablespoons chickpea flour
- 3 to 4 cups chicken broth (vegetables)
- 1 cup mixed vegetables, frozen
- Salt, the necessary
- A pinch of turmeric

In a frying pan lightly roast the chickpea flour, leave to cool,

Blend chicken broth with chickpea flour until creamy.

Empty the cream into a frying pan and let it boil, incorporate the mixed vegetables and cook for a few more minutes. Rectify flavor by adding a pinch of turmeric and salt to taste.

**Note:** Chickpea flour can be replaced with almond flour and you can add precooked vegetables instead of frozen vegetables