









# Crema de TOMATE






## Ingredientes

-  Tres Tomates
-  1/2 Cebolla
-  2 Trozos de Mantequilla
-  1/2 Zanahoria
-  SAL, OREGANO, PIMIENTA (Al gusto)
-  albahaca y cimarrón fresco
-  Agua, Varia con las porciones

-  1 Pechuga de pollo grande
-  Nachos al gusto

 Recomendada para una noche de comida Liviana y Saludable!

## Preparación

- 1 En una olla se pone la cebolla y los tomates en trozos, se le echa sal, pimienta y oregano al gusto, se pone a fuego lento y se espera que hierva el agua. 
  - 2 Cuando las verduras están blandas se deja reposar para el licuado. 
  - 3 Al licuar las verduras se pone la olla nuevamente a fuego lento y se introducen los trozos de mantequilla. 
  - 4 Se espera una textura más espesa y se le echan unos cuantos nachos triturados. 
  - 5 En una olla se pone la pechuga de pollo con agua, cebolla, zanahoria y sal al gusto, se hierve a fuego lento hasta que quede cocida. 
- Se agrega las hierbas frescas!
- Se deja reposar, se desmecha y se sirve la crema y el pollo