

# Crema de calabaza Hokkaido y queso cottage

Tiempo total **25 Mins.** 5 Mins. Tiempo de preparación **20 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)  
**788 kJ / 188 Kcal**

Grasas: **12,7 g** Proteínas: **8,6 g**  
Carbohidratos: **11,5 g**

## INGREDIENTES

4 porciones

**300 g** de calabaza Hokkaido  
**200 g** de queso cottage  
**30 ml** de aceite de oliva  
**30 ml** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada  
**20 ml** de zumo de limón  
**0,5 cucharadita** de jengibre fresco rallado  
**0,33 cucharadita** de nuez moscada molida  
**30 g** de almendras laminadas tostadas  
Perejil fresco para decorar

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

Corte la calabaza en gajos, rocíela con el aceite de oliva y áselo a 180 °C durante unos 20 minutos. Déjela enfriar.

### Pasos 2

Coloque el queso cottage, el jengibre rallado, el zumo de limón las láminas de almendra tostadas y la nuez moscada en un robot de cocina. Añada un poco de ralladura de limón al gusto.

### Pasos 3

Añada la calabaza asada, sazone con la Kikkoman salsa de soja naturalmente fermentada y triture hasta obtener una textura homogénea.

### Pasos 4

Transfiera el untado a un plato y decore con perejil fresco antes de servir.