

# SOPA ALHO FRANCÊS E ESPINAFRES



## INGREDIENTES

- 1 DENTE DE ALHO
- 1 CEBOLA
- 2 ALHOS FRANCÊS (270GR)
- 2 CENOURAS (190GR)
- COUVE FLOR (150GR)
- CABAÇA (200GR)
- 1 CUBO CALDO LEGUMES
- AZEITE
- 750ML ÁGUA
- SAL Q.B.
- ESPINAFRES A GOSTO

## CONFEÇÃO

1. Coloque a lâmina de picar. Adicione os legumes cortados em bocados, o caldo de legumes, a água e o azeite. Selecione programa sopas P1 50min.

---

2. No fim do programa retifique de sal e acrescente água caso queira a sopa mais líquida.

---

3. Acrescente os espinafres e selecione vel 3 100graus durante 5 min.

---