

CREME DE COUVE FLÔR



CONFEÇÃO

1. Colocar a lamina picadora com cebola e manteiga vel 11, 5 seg.

2. Com a espátula limpar as paredes e programar vel 2, 130 graus, 5 minutos ou slow cook P1.

3. Adicionar couve flôr, courgette, cenoura, água, leite, pimenta e sal q.b.

4. Programar Soup P1 30 minutos.

5. Se estiver muito aguada programar steam P1 durante 10 minutos sem bocal.

6. Servir com salsa ou coentros picados.

INGREDIENTES

- 250 GR DE RAMOS DE COUVE FLÔR
- 140 GR DE COURGETTE
- 90 GR DE CEBOLA
- 50 GR DE CENOURA
- 30 GR DE MANTEIGA
- 300 ML ÁGUA
- 250 ML DE LEITE MEIO GORDO
- PITADA DE PIMENTA
- SAL Q.B
- SALSA OU COENTROS