

# SOPA DE NABIÇA



## INGREDIENTES

- 1 DENTE DE ALHO
- 30 GR DE AZEITE
- 100 GR DE CENOURA
- 200 GR DE COURGETTE
- 50 GR DE BATATA DOCE
- 1 TALO DE AIPO PEQUENO
- ÁGUA A TAPAR OS LEGUMES
- SAL Q.B
- 200 GR DE NABIÇA

## CONFEÇÃO

1. Sopa de Nabiça

---

---

3. como o meu filhote entrou numa fase de alteração de hidratos ???? mas para melhor e não consigo lhe dar legumes senão em sopa então vai saindo várias e diferentes todos dias ????

---

---

5. Ingredientes

---

---

8. Colocar na varoma da CC as nabiças escolhidas e partidas para a sopa. Reservar.

---

---

10. Na CC colocar acessório picadora com todos os ingredientes menos as nabiças, programar steam P1, 30 minutos.

---

11. Colocar a varoma e deixar decorrer o programa.

---

12. Depois retirar varoma verificar se tem muita agua ou pouca a sopa, colocar tampa de vapor e triturar na vel 12, 3 minutos.

---

13. Juntar nabiças e envolver.

---