Sopas

AVELUDADO DE LEGUMES (PALEO)

Receita de Fã
Fácil
30 Min.
1-6 Doses

INGREDIENTES

- 1 COURGETTE GRANDE
- 4 CENOURAS
- 6 “MOLHOS” DE COUVE FLOR
- UMA CEBOLA MÉDIA
- COUVE CORAÇÃO (VÁRIAS FOLHAS) EU NÃO USEI NÃO TINHA
- 1 LITRO ÁGUA
- AZEITE E FLOR DE SAL QB

CONFEÇÃO

1. Na taça colocar o acessório Ultrablade adicionar todos os legumes cortados em pedaços.
2. Juntar a água e temperar com um pouco de sal.
3. Programar P1 Sopas 30m.
4. Temperar com um fio de azeite e misture com a ajuda da espátula.
5. Caso seja necessário junte mais água.
6. Deixe arrefecer um pouco e sirva
7. Receita Inspirada de: https://paleogustativa.wordpress.com/2016/11/23/classico/