

SOPA DE CENOURA BIOLÓGICA



CONFEÇÃO

1. 4 cenouras biológicas com rama (como mostra a foto)

2. Metade de abóbora menina (400g +/-)

3. 1 courgette com casca (400g +/-)

4. 1 cebola

5. 2 dentes alho

6. Azeite

7. Sal

8. Água

INGREDIENTES

- NA TAÇA COLOCAR O ACESSÓRIO PICADOR. COLOCAR DE SEGUIDA TODOS OS INGREDIENTES LAVADOS E CORTADOS AOS PEDAÇOS PEQUENOS E ÁGUA ATÉ MENOS DOIS DEDOS ABAIXO DOS LEGUMES SELECIONAR PROGRAMA DAS SOPAS P1 POR 30 MINUTOS.
- RECEITA DE ZI CORDEIRO