

# SOPA DE LEGUMES CREMOSA



## CONFEÇÃO

1. Lâmina ultrablade.

---
2. Juntar todos os ingredientes partidos em pedaços pequenos na taça, colocar a água. Programa das sopa P1 e alterar para 50 minutos.

---
3. Receita de Carla Almeida Freitas

---

## INGREDIENTES

- 1 BATATA DOCE PEQUENA
- 1 CENOURA MÉDIA
- 5 FOLHAS DE PENCA MÉDIAS
- 2 MÃOS CHEIAS DE ESPINAFRES
- MEIA CEBOLA ROXA PEQUENA
- 1 DENTE DE ALHO
- 160G NABO
- 100G COUVE FLOR
- 200G ABÓBORA
- SAL A GOSTO
- ÁGUA ATÉ DOIS DEDOS ABAIXO DOS LEGUMES.