

SOPA DE GRÃO COM ESPINAFRES



CONFEÇÃO

1. Lâmina ultrablade. Junta-se as batatas, 5 das cenouras, a cebola e 300g de grão, o sal, a pimenta e o azeite na taça.

2. Juntar a água um pouco acima do nível dos legumes.

3. No primeiro nível da vaporeira, meter as outras 5 cenouras aos cubos.

4. No segundo nível da vaporeira, meter os espinafres.

5. Programa sopas P1, 100º, 50 minutos.

6. No final do tempo, juntar as cenouras e os espinafres cozidos a vapor e os restantes 200g de grão, envolvendo-os no creme com a espátula.

7. Receita e foto de Ana Pardal

INGREDIENTES

- 4 BATATAS MÉDIAS
- 1 CEBOLA MÉDIA
- 10 CENOURAS PEQUENAS
- 500G DE GRÃO DE BICO COZIDO
- 300G DE ESPINAFRES
- ÁGUA
- SAL
- PIMENTA
- AZEITE