Sopas

CREME DE CENOURAS COM ESPINAFRES

Receita de Fã
Fácil
45 Min.
1-5 Doses

INGREDIENTES

- 500 G DE CENOURAS
- 1 ALHO FRANCÊS
- MEIA BATATA DOCE (OU 1 BATATA MÉDIA)
- 2 GEMAS
- 100G DE NATAS
- 1 MOLHINHO DE ESPINAFRES

CONFEÇÃO

1. Arranje e corte em quadrados as cenouras, a batata e o alho francês. Coloque na taça, com a lâmina ultrablade.
2. Adicione sal a gosto e um litro e meio de água quente.
3. Por cima, coloque o cesto de cozer a vapor com as folhas de espinafres.
4. Seleccione o programa Steam P1. Quando terminar, retire o cesto.
5. Adicione azeite a gosto aos legumes que estão na taça e triture 1 minuto em Pulse e mais 2 minutos em velocidade 12.
6. Numa tigela, misture as gemas com as natas, junte-lhe depois um bocadinho da sopa,de seguida misture tudo na sopa e bata mais 1 minuto na velocidade 12.
7. Junte então as folhas de espinafre. Já não ferve mais, está pronta a ser servida
8. Receita de Luisa Amaro