

CREME DE LEGUMES VERSÁTIL



INGREDIENTES

- 2 BATATAS MÉDIAS
- 1 CORGETE MÉDIA
- 1 CEBOLA MÉDIA
- 1 CENOURA MÉDIA
- 3 FOLHAS DE COUVE CORAÇÃO
- ÁGUA, AZEITE E SAL Q.B.

CONFEÇÃO

1. Começar por descascar todos os legumes, cortá-los em cubos pequenos, lavar bem e reservar.
2. Colocar a lâmina amassar/triturar na taça, de seguida todos os ingredientes, menos a couve coração.
3. Adicionar o sal e água suficiente para cobrir os ingredientes.
4. Fechar a taça, colocar a tampa de vapor e selecionar o programa das sopas, baixando o tempo para 30 minutos.
5. Entretanto cortar a couve coração em juliana e reservar.
6. Quando o creme de legumes estiver pronto, trocar a lâmina trituradora pelo acessório misturador, juntar a couve coração e selecionar a V.2, 95°, 7 minutos.
7. No fim do programa, retificar os temperos e adicionar um bom fio de azeite.
8. Obs: Este creme de legumes é muito versátil, pois podem fazer sempre este creme base e alternar os ingredientes finais.
9. Nota1: quem não quiser fazer com batata, pode fazer só com corgete, neste caso fazer com 2 a 3 corgetes médias.
10. Nota2: se fizer com abóbora menina, não colocar a cenoura, caso contrário ficará um creme muito adocicado.
11. Nota3: podem usar como ingredientes finais, bróculos ou couve flor cortados em raminhos pequeninos, folhinhas de espinafres bebés, grão de bico, feijão manteiga, raspas de cenoura, agrião bebé, entre outros a vosso gosto.