

SOPA DE ABÓBORA CREMOSA



CONFEÇÃO

1. 1 cebola cortada em quartos

2. Lamina de picar > V10 > 15s

3. Adiciona-se 3 colheres de azeite (acho que será isto, eu coloco a olho)

4. > Slow cook > 130° > 5 minutos

5. 1kg de abóbora, cortada em pedaços

6. 2 cenouras, cortada em pedaços

7. 600ml água

8. Sopas P1 > 100° > 20 minutos

9. 1 pacote de natas 200ml

10. > V7 > 1 minuto - para misturar as natas

11. > Slow cook > 100° > 1 minuto (não sei se este programa faz diferença, inventei assim)

12. Ps. Nunca troquei a lamina.

13. Na minha opinião, ficou espectacular

14. (mas eu tb sou um bom garfo, ou de boa boca, como se costuma dizer)

INGREDIENTES

- 1 CEBOLA
- 3 C. SOPA DE AZEITE
- 1KG DE ABÓBORA
- 2 CENOURAS
- 600ML ÁGUA
- 1 PACOTE DE NATAS 200ML