

# 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