

CREME DE COURGETE E BATATA DOCE

CONFEÇÃO



1. Na panela, com a ultrablade, colocar a cebola a cenoura e a batata doce aos cubos. Adicione água e sal a gosto. Ao mesmo tempo coza a vapor 3 courgetes as rodelas com casca. Ligue no programa P1 de sopas. A 5min do final junte a courgete na panela e retire o cesto de cozedura. Junte uma colher de azeite no final e para ficar cremosa, se necessario faça uns segundos de turbo até ficar aveludada.
-
-

3. Polvilhe com coentros picados
-

INGREDIENTES

- 1 CEBOLA
- 1 CENOURA
- 2 BATATA DOCE
- 3 COURGETES
- COENTROS
- AZEITE
- SAL