

MAC 'N CHEESE VEGAN



INGREDIENTES

- 1 CHÁVENA ALMOÇADEIRA DE ABÓBORA MANTEIGA CORTADA EM CUBOS
- 1 BATATA DOCE MÉDIA CORTADA EM CUBOS
- 1 CEBOLA MÉDIA EM QUARTOS
- 1 DENTE DE ALHO
- 1 C SOPA DE AZEITE
- SAL QB
- SALSA QB
- MACARRÃO OU OUTRA MASSA QB

CONFEÇÃO

1. Cozer a abóbora e a batata com água e sal, sem acessório, por 10 minutos a 100 graus.

2. Escorrer e reservar a água.

3. Cozer a massa com a água dos legumes, rectificando temperos (acrescentar mais se necessário), sem acessório, por 9 minutos a 100 graus.

4. Escorrer a massa e reservar a água.

5. Com a ultrablade na cuba, colocar a cebola e o alho. Picar com PULSE. Com a espátula, baixar o que estiver nas laterais. Adicionar o azeite e programar SLOWCOOK P1.

6. Juntar a abóbora e a batata cozidas. Reduzir a puré, velocidade 12, durante uns segundos. Adicionar a salsa e emulsionar mais alguns segundos.

7. Colocar a massa numa taça de servir e juntar o puré, misturando bem.

8. Servir.
