

SOPA DE PEIXE



CONFEÇÃO

1. Coloque na taça as batatas, a cebola, o tomate, a cenoura, o pimento tudo cortado em cubinhos, o caldo de peixe e os dentes de alho, coloque 700 ml água e no cesto as postas de peixe, tempere com sal e programe vapor 100 graus 30 minutos.
2. Retire o cesto do vapor e limpe as postas de solha de peles e espinhas.
3. Programe sopas p1 100 graus 10 min.
4. Quando terminar retire a lâmina corte e adicione o azeite e a solha e programe 5 min 100 graus sem velocidade.
5. Na hora de servir enfeite com salsa picada e os croutons.

INGREDIENTES

- 3 POSTAS DE SOLHA
- SAL Q.B.
- 2 BATATAS
- 2 CEBOLAS
- 2 DENTES DE ALHO
- 1 COURGETE
- 3 CENOURAS
- 1 TOMATE MADURO
- 1/2 PIMENTO VERMELHO
- SALSA
- CALDO DE PEIXE
- AZEITE
- ÁGUA
- CROUTONS