

PUDIM DE LEGUMES



CONFEÇÃO

1. Aqueça previamente o forno a 180 °C (T. 6). Corte os legumes em pedaços.
2. Deite água na taça, até à marca de 0,7 l. Coloque os legumes no cesto de vapor. Tempere com sal e pimenta. Pode juntar uma gota de azeite. Coloque o cesto no aparelho e seleccione o programa de vapor durante 15 min.
3. Após a cozedura, aguarde até os legumes arrefecerem e retire a água do aparelho.
4. Coloque a lâmina picadora na taça e junte os legumes e os outros ingredientes. Misture na velocidade 11 durante 1 min. Coloque a preparação numa travessa e leve ao forno durante 30 min.

INGREDIENTES

- 150 G CURGETES
- 150 G TOMATE
- 100 G ALHO-FRANCÊS
- 20 G FOLHAS DE MANJERICÃO
- 20 CL NATAS
- 4 OVOS
- 50 G QUEIJO (GRUYÈRE, PARMESÃO, QUEIJO DE CABRA)
- AZEITE
- SAL
- PIMENTA