

SOPA DE CORAÇÃO



CONFEÇÃO

1. Colocar todos os ingredientes da base cortados em bocadinhos na taça e juntar água q.b. (excepto a couve)

2. Juntar a couve cortada em juliana no cesto. Colocar a tampa.

3. Programar Sopas P2 100º 40m

4. No fim do programa juntar a couve á base.

5. Acrescentar o sal e o azeite.

6. Programar Vel2 100º 15m

7. E está pronta a servir bem quentinha!

INGREDIENTES

- 3/5 BATATAS MÉDIAS
- 1 ALHO FRANCÊS
- 1 CEBOLA
- 1 NABO
- 150GR DE ABÓBORA
- COUVE CORAÇÃO (USEI METADE)
- SAL Q.B.
- AZEITE Q.B.