

CREME DE BRÓCOLOS E COUVE FLOR COM AMÊNDOAS



CONFEÇÃO

1. Corte os brócolos e a couve flor separando as flores abdicando da parte mais grossa dos talos , mantenha algum talo. (faça as 400 gr com isto) Dica : Guarde o restante talo para fazer caldo de legumes para outros preparados
2. Coloque os brócolos , Couve flor e o sal na taça com a lâmina picadora.
3. Junte 75 cl de água e seleccione o programa de sopas P1.-25 minutos 100 graus
4. No final do programa, junte a manteiga , 50 ml de natas , 50 gr de amêndoas , a pimenta e misture na velocidade 10 durante 5 min.
5. Sirva colocando um pouco de nata em cada prato e polvilhe esta com as restantes amêndoas laminadas

INGREDIENTES

- 75 CL AGUA
- 200GR BRÓCULOS
- 200 GR COUVE FLOR
- 50 GR DE MANTEIGA
- 100 ML DE NATAS (50 + 50)
- 100 GR AMÊNDOAS TORRADAS (50 + 50)
- SAL
- PIMENTA