

SOPA DE ABÓBORA COM BRÓCOLOS

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 10 PESSOAS

750g de abóbora descascada e cortada em pedaços
2 partes brancas de alho francês cortadas em rodela
300g de courgette cortada em pedaços
500g de batatas
300g de raminhos de brócolos
80 ml de azeite
Sal q.b.



Tempo de preparação: 1 hora
Custo: 3.00 € | Custo por pessoa: 0.30 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Video: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f19/sopa-abobora-brocolos-33007/>

PREPARAÇÃO

1. Numa panela com 2800 ml de água, tempere com sal. Junte a abóbora, a courgette, as batatas e o alho francês. Tape e deixe cozer aproximadamente 40 minutos.
 2. Numa outra panela com água a ferver, tempere com sal. Coloque os brócolos a cozer durante 10 minutos.
 3. Depois dos legumes da sopa estarem cozidos, passe-os com a varinha mágica. Junte o azeite e deixe ferver durante 10 minutos.
 4. Depois dos brócolos cozidos, apague o lume. Junte os brócolos à sopa.
- E está pronto a servir.

<http://www.saborintenso.com/ebook> - eBook SaborIntenso
Livro Digital de Culinária com 420 páginas

Saborintenso.com