

CREME DE FEIJÃO VERDE

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 8 PESSOAS

1 cebola grande cortada em pedacinhos
500g de batatas descascadas cortadas em cubinhos
1 cenoura grande cortada em rodela
500g de feijão verde cortado em pedaços
2 colheres de sopa de azeite
1 cubo de caldo de legumes
200 ml de natas light ou de soja
100g de fios extra finos de bacon
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 35 minutos

Custo: 4.50 € | Custo por pessoa: 0.56 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em vídeo: <http://www.saborintenso.com/f19/creme-feijao-verde-38708/>

PREPARAÇÃO

1. Numa panela coloque a cebola, a cenoura, as batatas, o feijão verde, o caldo de legumes e o azeite. Tempere com sal e pimenta.

Junte água suficiente para cobrir os legumes (aproximadamente 1,5 l).

Mexa, tape e deixe cozer em lume médio durante 30 minutos.

2. Depois dos legumes bem cozidos, passe tudo no liquidificador ou com a varinha mágica (com o liquidificador fica sempre mais cremoso).

Coloque o creme na panela novamente e adicione as natas.

Mexa e deixe aquecer sem deixar ferver.

3. Entretanto, numa frigideira anti aderente, leve ao lume bem quente o bacon e deixe saltear.

Quando estiver estaladiço, retire.

Sirva o creme com o bacon por cima e cubinhos de pão torrado.

A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!

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

Saborintenso.com