

CREME DE COUVE ROXA

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 12 PESSOAS

4 colheres de sopa de azeite
A parte branca de 1 alho francês
cortada em rodela
1 couve roxa pequena cortada em juliana
2 nabos cortados em pedaços
400g de batatas cortadas em pedaços
1 cubo de caldo de legumes ou de galinha
Sal q.b.



Tempo de preparação: 1 hora

Custo: 3.00 € | Custo por pessoa: 0.25 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar

Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f19/creme-couve-roxa-41558/>

PREPARAÇÃO

1. Numa panela leve ao lume o azeite e o alho francês. Mexa e deixe refogar sem deixar alourar.
 2. Junte a couve roxa e salteie um pouco até que amoleça. Por fim, junte os nabos, as batatas e o cubo de caldo. Tempere com sal. Adicione água suficiente para cobrir tudo. Tape e deixe cozer em lume médio durante 30 minutos.
 3. Depois dos legumes todos cozidos, passe a sopa com a varinha mágica até que fique um creme. Deixe o creme levantar fervura e sirva.
- 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