

Creme Frio de Abacate e Alface

INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

3 abacates descascados e cortados em pedaços
½ alface cortada em juliana
3 colheres de sopa de azeite
1 cebola picada
2 dentes de alho picados
120g de queijo fresco para barrar
(tipo queijo Philadelphia)
Fatias de presunto cortadas em tirinhas
850 ml de caldo de galinha frio
Sumo de 1 limão pequeno
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 10 minutos

Custo: 4.00 € | Custo por pessoa: 0.67 €

Receita: Neuza Costa

Fotografia e Video: Sandro Vilar

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f19/creme-frio-abacate-alface-42419/>

PREPARAÇÃO

1. Regue o abacate com o sumo de limão.
2. Numa frigideira leve ao lume o azeite, a cebola e o alho.
Mexe e deixe refogar em lume médio sem deixar alourar.
3. No liquidificador ou numa tigela, coloque a alface, o abacate com o sumo de limão, o refogado, o caldo de galinha e o queijo.
Tempere com umas pedrinhas de sal e pimenta.
Triture tudo no liquidificador ou com a varinha mágica, até que fique um creme.
4. Guarde o creme no frigorífico até que fique bem fresco.
Na hora de servir, acompanhe com as tiras de presunto.
A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!