

SOPA DE CENOURA COM BRÓCULOS

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 6 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 1 HORA

900g de cenouras cortadas em pedacinhos

1 cebola cortada ao meio

1 dente de alho

1 cubo de caldo de galinha (opcional)

60 ml de azeite

500g de troncos de bróculos

2 cenouras grandes raladas

1,5 l de água

Sal q.b.

PREPARAÇÃO

1. Numa panela, coloque as cenouras cortadas em pedaços, a cebola, o dente de alho e o cubo de caldo de galinha (opcional).

Tempere com sal.

Junte a água, tape e leve ao lume a cozer durante 30 minutos.

2. Depois das cenouras cozidas, passe a sopa com a varinha mágica.

Caso a sopa esteja muito grossa, acrescente mais água.

3. Depois da sopa passada, junte os bróculos, a cenoura ralada e o azeite.

Mexa e deixe cozer entre 20 a 30 minutos até os bróculos ficarem cozidos.

Depois dos bróculos cozidos está pronto a servir.

Custo: 1.80 € ; Custo por pessoa: 0.22 €

<http://www.saborintenso.com/f19/sopa-cenoura-broculos-6694/>

www.saborintenso.com