



Sopas



38 MIN



FÁCIL



6 PESSOAS



YÄMMI 2

Ingredientes

- 130 g de cebola
- 1 dente de alho
- 15 g de azeite
- 250 g de cenoura
- 200 g de curgete
- 200 g de batata
- 100 g de brócolos
- 1 pé de salsa
- 750 g de água
- Sal a gosto

Preparação

- 1º** Coloque no copo a cebola aos pedaços, o dente de alho e o azeite e pressione o botão Triturar.
- 2º** Com a ajuda da espátula, faça descer o que se acumulou nas paredes do copo e programe 5 minutos, a 120°C, na velocidade 2.
- 3º** Adicione os restantes legumes cortados aos pedaços (cenoura, curgete, batata, brócolos, salsa), junte a água e o sal e coza 30 minutos, a 100°C na velocidade 2.
- 4º** Triture 2 minutos, começando na velocidade 3 até à velocidade 8.

Nota: Alerta: Respeite as quantidades indicadas na receita, não ultrapassando a capacidade do copo. Para triturar a sopa, regule a velocidade progressivamente e aguarde uns segundos antes de abrir a tampa para o líquido estabilizar.

Dica: Sirva com um fio de azeite e pimenta preta acabada de moer.