

Creme de ervilhas



Ingredientes: 400 grama de ervilhas (congeladas)

1 unidade de cebola grande

1 unidade de dente de alho

0 totaste de sal

0 totaste de azeite

0 totaste de água

Instruções de preparação:

Descasque a cebola e pique-a juntamente com o dente de alho. Leve a refogar numa panela com o azeite. Acrescente depois as ervilhas, tempere de sal e cubra com água a ferver. Deixe cozinhar em lume brando até as ervilhas estarem bem cozidas. Com a varinha mágica reduza a sopa a um puré fino, acrescentando mais água e sal se necessário. Deixe levantar fervura e sirva.

Sugestões Adicionais: Se a sua varinha mágica ou liquidificador não for suficientemente potente, poderá ficar com algumas cascas das ervilhas pouco desfeitas. Se não gostar de as sentir, passe a sopa por um coador chinês, descartando as cascas que ficarem.