



## Sopa de Batata Doce com Espinafres Vermelhos

★★ (2 Votos)

# sopa de batata doce com espinafres vermelhos

30 min | ★ | Sopa

para 6 pessoas

### ingredientes

1 cebola

3 dentes de alho

200 g de alho francês

30 g de Becel Cozinha

1 nabo

400 g de batata doce

Sal q.b.

Pimenta de moinho

Noz moscada

1,4 l de água

100 g de folhas de espinafres vermelhos

### modo de preparação (para 6 porções)

para sopa de batata doce com espinafres vermelhos

1. Descasque a cebola e os dentes de alho, pique-os finamente e deite-os numa panela.
2. Junte o alho francês e a Becel Cozinha. Tape e leve a cozinhar sobre lume brando. Entretanto, pele o nabo e a batata-doce e corte-os em cubinhos pequenos. Introduza-os na panela e salpique com sal, pimenta e noz-moscada. Tape e deixe cozinhar sobre lume brando durante 5 minutos. Junte a água a ferver e deixe ferver até os legumes estarem macios.
3. Retire do lume e triture a sopa com a varinha mágica. Junte as folhas de espinafres e mexa.

Saboroso!