

# PURÊ DE BATATA DOCE ROSADA LIGHT

## INGREDIENTES

1 kg de batata doce rosada  
1 colher (sopa) de manteiga  
2 colheres ( sopa) de requeijão light  
1 colher (sopa) de cebola picada  
1 colher de café de alho amassado  
1 xícara (chá) de leite  
1 colher (chá) de sal

## MODO DE PREPARO

Cozinhe as batatas na pressão até que estejam desmanchando (20 min).  
Após sair a pressão, retire as batatas e escorra a água, esfriando um pouco  
Retire a pele, corte e passe num espremedor de batatas ou amasse com o garfo  
Na panela, coloque a manteiga e refogue a cebola, o alho e acrescente o leite  
Adicione as batatas amassadas no restante dos ingredientes e mexa no fogo médio.  
Acrescente o requeijão, mexa até que todos os ingredientes estejam bem misturados.  
Sirva como acompanhamento de qualquer tipo de carne.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13520-pure-de-batata-doce-rosada-light.html>