

CREME DE BETERRABA COM INHAME PARA BEBÊS

INGREDIENTES

- 1 beterraba grande bem lavada e com casca
- 2 inhames pequenos cortados em cubinhos
- 1 folha de couve bem lavada e cortadinha
- 1/2 tomate sem casca e sem semente picadinho
- 1 alho
- 1 punhadinho de cebola picadinha
- orégano a gosto
- manjeriço a gosto

MODO DE PREPARO

Cozinhe a beterraba com casca na panela de pressão por 20 minutos, retire a casca, corte em cubinhos, bata no mix e reserve.

Em uma panela, coloque o alho picado, a cebola, o tomate e refogue.

Acrescente a couve, dê mais uma refogada e em seguida acrescente o inhame, o orégano, o manjeriço e deixe que o inhame cozinhe até estar bem molinho (que dê para amassar com um garfo).

Após amassar o inhame, acrescente a beterraba que estava reservada e se ficar muito grosso, coloque água e deixe ferver.

Está pronto!

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/21839-creme-de-beterraba-com-inhame-para-bebes.html>