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

manjericão 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 manjericão 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!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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