CALDO DE BRÓCOLIS COM BACON LOWCARB

INGREDIENTES

2 maços de brócolis

1 cebola grande

2 copos (americanos) de bacon picado

3 tomates grandes bem maduros

3 dentes de alho cheiro-verde a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque na palena de pressão todo o brócolis cortado em pedaços pequenos e sem o talo, os 3 tomates sem pele e 1 dente de alho

Cozinhe por 15 minutos, tire alguns pedaços de brócolis para a finalização, o restante do alimento leve ao liquidificador (reserve a àgua do cozimento)

Em uma panela, frite o bacon, depeje o excesso de gordura e depois acrescente a cebola picadinha e o alho amassado

Cozinhe por 10 minutos

Finalize com cheiro

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/2338-caldo-de-brocolis-com-bacon-lowcarb.html