

CREME DE BETERRABA COM LEGUMES

INGREDIENTES

1 beterraba grande

1 caixa de creme de leite

1 ovo inteiro, opcional

sal

alho

azeite ou óleo

legumes de sua preferência (usei jiló, para contrastar com o doce da beterraba, cenoura e vagem para deixar crocante e tomate para refrescar)

MODO DE PREPARO

Cozinhe a beterraba inteira e com casca por 20 minutos na panela de pressão com água até cobri-la.

Se desejar, acrescente um pouco de sal na água.

Enquanto a beterraba cozinha, numa panela coloque as vagens para cozinhar, por aproximadamente 10 minutos ou até que estejam bem macias.

Após retirar as vagens, cozinhe o jiló na mesma água partido ao meio.

Terminando os legumes cozinhe o ovo por 7 minutos.

Corte a cenoura em rodela finas ou rale em ralador fino ou médio, conforme preferir.

Corte também o tomate.

Descasque a beterraba já cozida corte grosseiramente e coloque no liquidificador para bater com um pouco da água do cozimento (para isso é importante lavar bem a beterraba antes do cozimento), feito o creme, reserve.

Numa panela coloque azeite e o alho, mas pode usar quaisquer temperos de sua preferência, refogue e acrescente o creme da beterraba do liquidificador.

Mexa por aproximadamente 5 minutos, ponha sal, desligue o fogo e acrescente o creme de leite.

Agora é só montar, num prato fundo coloque o creme da beterraba, e arrume os legumes cozidos e crus em cima com o ovo, que pode ser colocado inteiro ou picado.

Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26444-creme-de-beterraba-com-legumes.html>