

KÜRBIS SUPPE MIT KOKOS MILK (SOPA DE ABÓBORA COM LEITE DE COCO)

INGREDIENTES

600 g de abóbora
água
2 dentes de alho
1 cebola pequena
3 batatas médias (opcional)
1 lata de leite de coco 400 ml
óleo ou azeite
temperos a gosto

MODO DE PREPARO

Descasque a abóbora e corte-a em pequenos pedaços.

Se fizer com batata descasque e corte em pedaços pequenos também.

Em uma panela grande, rale o alho, coloque um fio de azeite e frite.

Deixe fritar um pouco e adicione a cebola.

Quando estiver fritinha coloque abóbora e a batata, deixe fritar um pouco.

Vá mexendo até grudar na panela.

Adicione um pouco de água até cobrir e deixe cozinhar até ficar bem molinha.

Retire a panela do fogo, não jogue a água fora, retire a abóbora e a batata.

Coloque no liquidificador e, com a água, adicione seu tempero (caldo de legumes ou o que preferir).

Bata tudo aos poucos até ficar com a consistência boa, não muito mole porque vamos adicionar o leite de coco.

Na panela coloque toda a abóbora batida e adicione leite de coco e seus temperos.

Aqueça sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30837-kurbis-suppe-mit-kokos-milk-sopa-de-abobora-com-leite-de-coco.html>