

PURÊ DE JERIMUM VEGANO

INGREDIENTES

500g de jerimum
2 xícaras de leite de coco
4 cebolas roxa (pequenas)
5 dentes de Alho
2 colheres (chá) de melado de cana
2 pitadas de sal
1 pitada de pimenta do reino
1 folha de louro

MODO DE PREPARO

Corte a cebola, alho e jerimum em pedaços grandes
Doure a cebola e o alho no azeite com o melado de cana e o sal
Jogue o jerimum na mistura acima e deixe refogar durante uns 10 minutos
Após refogar o jerimum, coloque o leite de coco e deixe cozinhar na pressão por 10 minutos
Quando o jerimum estiver cozido(bem mole) passe no liquidificador junto com uma parte do caldo
Ao passar aí ficar com uma consistência bem lisinha

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/4632-pure-de-jerimum-vegano.html>