

CREME DE COUVE-FLOR E BRÓCOLIS

INGREDIENTES

- 1 couve-flor pequena
- 1 brócolis japonês
- 1 colher de sopa de caldo de galinha ou de legumes
- 1 colher de sopa de margarina
- 1 colher de sopa de farinha de trigo
- 1/2 copo de leite
- 1 caixinha de creme de leite

MODO DE PREPARO

Coloque em uma panela a couve-flor e o brócolis cortados em pedaços.

Acrescente 1 copo de água e o caldo.

Coloque em fogo baixo até que fiquem levementes cozidos.

Bata tudo no liquidificador, leve à panela a margarina para derreter.

Junte a farinha de trigo mexendo até formar uma pasta.

Acrescente o leite mexendo sempre para não empelotar.

Adicione o conteúdo do liquidificador

Mexa até engrossar, junte o creme de leite.

Sirva enfeitando o prato com salsa picada.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49072-creme-de-couve-flor-e-brocolis.html>