

CALDO VERDE DE AIPIM COM TOFU

INGREDIENTES

1/2 kg de mandioca

1 litro de água

2 tabletes de caldo de legumes

1 dente de alho

1 cebola pequena

2 folhas de louro

1 pacote de tofu defumado

1 couve picada

pimenta-do-reino e sal a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque na panela de pressão todos os ingredientes, exceto a couve e o tofu; deixe cozinhar por aproximadamente 30 minutos ou até a mandioca estar bem cozida

Retire as folhas de louro e o miolo da mandioca

Bata com o caldo todos os ingredientes no liquidificador

Retorne o creme para a panela e acrescente a couve e o tofu; deixe cozinhar por 5 minutos

Acerte o sal e a pimenta

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/9183-caldo-verde-de-aipim-com-tofu.html>