

Hortifruti União na cozinha

Sopa Creme de Abóbora

- 1 colher (sopa) de óleo
- 1 kg de abóbora japonesa sem casca e sem semente, em cubos
- 3 envelopes de caldo de galinha
- 1 1/2 litro de água
- 1/2 xícara de creme de leite

Modo de Preparo

Em uma panela grande, coloque o óleo e leve ao fogo alto para aquecer. Junte a abóbora e o caldo de galinha, refogue rapidamente.

Acrescente a água e cozinhe, com a panela semi-tampada, por 30 minutos, ou até que a abóbora fique macia. Retire do fogo e deixe amornar.

Transfira para o copo do liquidificador e bata até obter uma mistura homogênea.

Volte à panela, adicione o creme de leite e cozinhe em fogo alto por 2 minutos, ou até aquecer.

Rendimento: 8 porções

Tempo de preparo: 30 minutos

