SOPA DETOX

INGREDIENTES

2 inhames

1 cenoura

300 ml de água

1 tomate

1/2 cebola de preferência roxa

3 dentes de alho

1 colher (sopa) de gengibre ralado ou em pó

3 folhas de couve

1 colher (café) de azeite

sal a gosto

tempero a gosto

MODO DE PREPARO

Coloque o inhame e a cenoura no azeite com alho e temperos e refogue

Coloque o conteúdo da panela, mais 300 ml de água, no liquidificador

Bata bem e acrescente os outros ingredientes e bata mais um pouco

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://areceitadavez.com.br/receita/12627-sopa-detox.html