



*Receitinhas*

# SOPA DE COUVE FLOR COM CEBOLINHA

## INGREDIENTES:

- ½ unidade de couve-flor
- 300 ml de água
- ½ maço de cebolinha picada
- 1 cebola
- 2 dentes de alho
- 2 colheres de sopa de azeite
- sal a gosto.

## MODO DE PREPARO:

Em uma panela, refogue a cebola e o alho no azeite. Acrescente a couve-flor, mexa por uns instantes e adicione a água. Bata no liquidificador. Adicione o sal neste momento. Retorne tudo a panela com o cheiro verde, mexa por uns instantes e desligue o fogo.





[www.vanessamigray.com.br](http://www.vanessamigray.com.br) 

[vanessamigraynutricionista](#)  

[nutricionista@vanessamigray.com.br](mailto:nutricionista@vanessamigray.com.br) 

