

## CREME DE CENOURA COM ARROZ E CREME DE CASTANHA

### INGREDIENTES

2 xícaras de cenoura cozida  
1 xícara de arroz integral já cozido  
2 colheres de sopa de azeite  
2 xícaras da água do cozimento da cenoura  
1 colher de sopa de curry  
Sal a gosto

### PREPARO

Bater todos os ingredientes no processador até formar um creme liso. Se necessário, acrescente um pouco mais de água.

Leve ao fogo, deixe ferver e sirva.

Nível de dificuldade: Fácil  
Rendimento: 2 porções  
Tempo de preparo: 10 minutos  
Tempo de cozimento: 30 minutos  
Tempo total: 40 minutos