

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