



PURÉ DE LEGUMES COM PEIXE



Crianças



25 MIN



FÁCIL



1 PESSOAS



YÄMMI 1

Ingredientes

- 100g de curgete
- 1 cenoura
- 50g de abóbora
- 1 posta de pescada pequena sem pele e sem espinhas
- 300ml de água
- 1 c. de chá de arroz
- 1 fio de azeite

Preparação

- 1º** Coloque todos os ingredientes no copo e programe 25 minutos na velocidade 1 a 100°C.
- 2º** Quando terminar o tempo programado, triture 1 minuto: comece na velocidade 3 e vá aumentando, gradualmente, até à velocidade 7.