

Entradas Sopas

Espuma de Puré de Batata com Morcela da Guarda

15 min. Fácil Moderado 4 doses

Ingredientes

125 g de puré de batata instantâneo

1 morcela

Informação nutricional

Energia	148,4 kcal	7%*
Proteínas	4,5 g	9%*
Lípidos	10,4 g	15%*
Hidratos de Carbono	9,0 g	3%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Segue as indicações de preparação da embalagem de puré de batata.
2. Quando pronto acrescenta o leite e deixa cozinhar em lume brando aproximadamente 5 minutos, retifica os temperos com sal e pimenta. Retira do lume e reserva.
3. Retira a pele da morcela, corta em fatias de 0,5 mm, salteia com um fio de azeite até ganhar cor.
4. Insire o puré de batata num sifão e carrega com 2 cargas CO.
5. Serve a espuma de batata com 6 rodelas de morcela em cada prato e finaliza com umas folhinhas de salsa.