
SOPA DE AIPO E MAÇÃ

Ingredientes [4 pax]

600g Aipo descascado e picado
4c de sopa iogurte grego
120g maçã golden picada
1ud Cebola picada
2 c de sopa azeite
100g Bacon fatiado
2 c de sopa cebolinho
qb sal
75g Batata picada

Lavar e descascar o aipo. Cortar aos pedaços. Pelar e picar as cebolas, a batata e a maçã.

Para preservar o sabor e facilitar a cozedura das legumes e melhor cortar aos pedaços pequenos.

Numa panela por um fio de azeite e fritar a cebola a lume médio junto com o aipo. Passados 3-4 minutos acrescentar a batata e água quente para iniciar a cozedura. Deixar coser cerca de 10 min.

Numa frigideira começar a fritar o bacon.

Não é preciso utilizar azeite. Fritar até ficar bem estaladiço.

Acrescentar a maçã na sopa e deixar cozer por 3 minutos. Colocar a sopa no Monsieur Cuisine ou liquidificadora até ficar com a textura desejada.

SOPA DE AIPO E MAÇÃ

Acrescentar um colher de iogurte, o bacon aos pedaços e decorar com maçã crua e o cebolinho picado.