

SOPA DE COUVE-FLOR KETO

Serve: **4**
Tempo de **10** Acta
preparação:
Tempo de **30** Acta
cozedura:
Tempo total: **40** Acta

INGREDIENTES

- **½ cabeça de couve-flor**
- **½ copo de creme de leite**
- **½ pimentão vermelho**
- **1 colher de chá de sal**
- **1 colher de chá de pimenta**
- **1 colher de sopa de manteiga**
- **1 colher de sopa de queijo parmesão**
- **1 colher de**

chá de ervas

DIRECÇÕES

1. **Numa caçarola derreter manteiga, adicionar couve-flor e cozinhar até que amoleça**
2. **Retirar da caçarola e colocar de lado**
3. **Manteiga derretida e salteada e pimentão**

- 4. Num processador de alimentos adicionar mistura de couve-flor, pimenta e cozinhar durante 4-5 minutos**
- 5. Tempere com sal e pimenta**
- 6. Decorar com parmesão e servir**