

# CREME DE AGRIÃO COM LEGUMES

## INGREDIENTES

1/2 maço de agrião com o talo  
1 cebola média picada  
1 colher de azeite  
2 dentes de alho amassados  
1 batata ou batata-baroa média picada  
1 cenoura média picada bem pequenininha  
1 chuchu picado  
75 ml de leite de aveia (ou leite de vaca)  
2 colheres (sopa) de creme de arroz orgânico (ou creme de leite light)  
sal a gosto  
ervas finas a gosto  
orégano a gosto  
água suficiente para cobrir os ingredientes

## MODO DE PREPARO

Em uma panela doure a cebola no azeite  
Acrescente o agrião ate diminuir de tamanho  
Acrescente o alho e apure um pouco  
Adicione logo após os legumes  
Cubra com água e cozinhe por uns 20 minutos até ficar macio; se necessitar, acrescente mais água, o suficiente para cobrir os ingredientes  
Bata tudo no liquidificador e acerte o sal  
Salpique os temperos a gosto

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitafacilrapida.com.br/receita/11168-creme-de-agriao-com-legumes.html>