



E-A

A receita fácil de "jantar hoje à noite, almoço amanhã". Esta sopa tem um sabor ainda mais agradável no dia seguinte e é perfeita com alguns chips extravagantes da tortilla ao lado. O aipo adiciona uma linda profundidade do aroma? mas se você não for comedor habitual de leite o suficiente para deixá-lo fora - Não há necessidade nenhuma compra apenas por esta receitas que eu acabei tendo algum tempo livre na geladeira depois das crianças terem sido ignorada...

Sopa de feijão preto e tomate com abacate, limão

Prep

15 min.

Cooke

30 min.

Servis

4

3 4

azeite de oliva tbsp

1

sementes de cominho tsp,

1 cebolas

, descascado e picado aproximadamente.

2 varas de aipo

, aparado e finamente cortado (opcional).

1 amontoado.

Tsp fumado pápricas

1 amontoado.

sementes de coentro recém- moídas

– evitar coentro pronto-terra, porque tem gosto de desespero;

1

tsp terra cominho

12

flocos de pimenta tsp

ou mais, de acordo com o gosto.

2 400g latas de tomate picado.

2 400g latas feijão preto

, drenado e lavados;

400ml de caldo vegetal quente

O suco de 2 limas.

Sal marinho sal flacky,

, para provar

2

abacates maduro,

1 punhado de coentro fresco

, folhas colhidas.

Coloque o óleo pokerstars cupom uma panela grande ou caldo de massa sobre um calor médio, depois adicione as sementes cominho e frite por 20-30 segundos até aromático. Adicione a cebola (alho) se estiver usando; cozinhe mexendo frequentemente durante seis minutos para sete minutos enquanto os vegetais ficam macio soft and greating translucent: abaixe-o ao fogo adicionando paprika recentemente moído nas folhas do coriânico no chão como também refrescos frio minuto!

Experimente esta receita e muito mais no novo aplicativo Feast: digitalize ou clique aqui para pokerstars cupom avaliação gratuita.

Adicione os tomates picados, feijão preto e estoque de tomate. Aumente o calor para ferver; vire a um copo pokerstars cupom parte (se você tiver tempo suficiente), deixe-o cozer por até 40 minutos mas talvez seja necessário encher as coisas). Acrescente sucos com uma cal só depois

saboreie bem como ajuste sal conforme for preciso!

Peel, peneire e corte metade de um abacate por pessoa; pokerstars cupom seguida vestir-se com o suco restante limão (ou seja: se você está economizando a sopa para os próximos dias não corte todas as frutas ao mesmo tempo – faça isso antes que sirva).

Sirva a sopa pokerstars cupom em tigelas aquecidas, cobertas com abacate picado e coentro.

---

Author: [dimarlen.dominiotemporario.com](http://dimarlen.dominiotemporario.com)

Subject: pokerstars cupom

Keywords: pokerstars cupom

Update: 2025/2/10 12:49:12