



Couve-flor à parmegiana Apto celíacos

Ingredientes:

Fécula de mandioca ou milho

1 colher de sopa

Couve-flor

1 unidade

Puré de tomate

1 xícara

Queijo ralado

1 xícara

Água

¼ de xícara

Azeite de oliva

1 colher

Pimenta

¼ de colher de café

Sal

2 colheres de café

Modo de preparo

Corte a couve-flor ao meio e retire seu tronco principal. Coloque

a couve-flor, o sal e a pimenta em um dos compartimentos do MultiCocção. No outro, coloque o molho de tomate, a fécula de mandioca ou milho, o azeite de oliva, a água, o sal e a pimenta.

Tampe o MultiCocção e cozinhe por 4 minutos em potência máxima. Ao finalizar, misture a couve-flor e o molho nos dois compartimentos, polvilhe com queijo ralado e cozinhe por mais 1 minuto em potência máxima.

Uso de ingredientes sem TACC permitidos

