



## INGREDIENTS

- 200g de carbassó
- 50g de patata
- 150ml d'aigua
- 1 cullerada d'oli d'oliva verge extra
- Sal al gust

## ELABORACIÓ

1. Renta i talla el carbassó i la patata.
2. Afegeix-ho tot en un envàs fons i apte per a microones juntament amb l'aigua, la sal i l'oli.
3. Cou tapat al microones durant 7 minuts a màxima potencia (800W).
4. Comprova la cocció i tritura-ho tot amb l'ajut d'un braç triturador.
5. Rectifica de sal al gust i ja ho pots servir.

## NOTES:

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

