



AGRUPAMENTO DE ESCOLA DE PAREDES

SOPA OVO E SALSA

- Salsa
- ovo,
- azeite,
- cebola
- alho
- batatas
- courgete
- sal
- água



MIL E UMA FOLHAS DE LEGUMES

- Cenoura
- abóbora, courgete
- alho-francês
- cogumelo
- nabo
- espinafres
- flor de sal
- azeite
- manjeriço
- coentros
- tomate desidratado



LEITE CREME

- Bebida vegetal de soja
- gemas de ovo
- sal
- amido de milho,
- açúcar
- gengibre
- limão
- alecrim



Chefe Fernando Pereira

Professora Susana Macedo

Alunos: Beatriz Cunha, Carlos Almeida, Lara Reis