**Receita**

**Sopa de coentros sem batata**

1. Junte os legumes, cenoura, curgete e alho-francês;
2. Adicione a água, um fio de azeite e uma pitada de sal. Cozinhe até os legumes estarem macios (+/- 20 min);
3. Junte os coentros, cozinhe por 5 minutos;
4. Bata a sopa até ficar cremosa. Ajuste temperos e adicione sumo de limão, se desejar;
5. Sirva quente, decorando com mais coentros.

**Espargos do Campo mexidos com ovos**

* 1. Refogue os espargos com um dente de alho no azeite alguns minutos até ficarem macios.
  2. Bata os ovos com uma pitada de sal e adicione-os aos espargos. Mexa tudo.

**Granizado de limão com gomos de laranja**

1. Esprema os limões com água e um pouco de açúcar;
2. Coloca o sumo numa forma e leva ao congelador durante 24h;
3. Mexa de 30 em 30 minutos até formar cristais;
4. Sirva com gomos de laranja.