Esparregado de nabiças (ou purê de nabo forrageiro)

Apesar de por aqui a gente não dar valor ao nabo forrageiro que nasce espontâneo, **em Portugal ele é uma verdura tradicional,** que eles chamam de nabiças. O gosto lembra algo entre as folhas da mostarda e do rabanete (que também se comem), e dá pra fazer com elas um prato popular português.

Quer ver? Você vai precisar de:

1 molho de nabiças ou nabo forrageiro
3 a 4 dentes de alho
1 colher de sopa de farinha de trigo
2 colheres de sopa de vinagre balsâmico
1/4 de copo de água
azeite e sal

1. Comece dourando o alho no azeite e em seguida refogue as nabiças. Coloque também o balsâmico e deixe as folhas murcharem;

2. Dissolva a farinha na água. A mistura deve ser acrescentada nas folhas refogadas, e serve para dar consistência ao purê;

3. Bata com mixer diretamente na panela, ou no liquidificador;

4. Leve o creme batido ao fogo, deixe engrossar e ficar cremoso. Quando acontecer, acerte o sal e está pronto.