

# SOPA DE COUVE COM COSTELA DESFIADA

## INGREDIENTES

4 colheres (sopa) de farinha de trigo

600 ml de leite (pode ser qualquer tipo)

600 ml de caldo de costela com a carne desfiada (melhor com sobras já cozida)

1/2 cebola picada

1 couve-flor (de média a grande)

2 tomates picados

tempero a gosto

salsinha e cebolinha a gosto

2 colheres de sal (fracionada para cozinhar a couve-flor e após, para acertar)

## MODO DE PREPARO

Cozinhe a couve-flor com 1 colher de sal (couve-flor média) ou 1 e 1/2 colher (couve-flor grande)

Escorra e reserve

Refogue a cebola, a salsinha e a cebolinha com azeite ou manteiga

Adicione a farinha quando o refogado estiver bem incorporado, misturando bem.

Acrescente o leite a seguir, sempre mexendo.

Não deixe ferver.

Acrescente a couve-flor e mexa até ficar bem misturado.

Coloque a seguir o caldo de costela.

Abaixe o fogo e deixe cozinhar por aproximadamente 5 minutos.

Consuma de morna a quente, com o acompanhamentos a gosto (torradas, vinho, etc).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13794-sopa-de-couve-com-costela-desfiada.html>