

SOPA DE COUVE COM BATATA-DOCE

INGREDIENTES

1 maço de couve manteiga picado

1/2 cebola cortada em cubinhos

1 batata doce (grande) cortada em cubos médio

1 colher (sopa) de curry

1 colher (sopa) de alho em pó

1 colher (sopa) de fumaça em pó (pode substituir por caldo de carne)

1 colher (café) de tomilho seco

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Refogue a cebola em cubos junto com a couve.

Quando a cebola estiver transparente e a couve tiver diminuido de volume, acrescente água até a metade da panela.

Acrescente a batata-doce e os temperos.

Com a panela semi-tampada e o forno na temperatura média, deixe ferver por cerca de 20 minutos (até a batata-doce estar bem mole)

Quando a batata-doce estiver molinha, bata tudo no liquidificador e volte para o fogão a fogo baixo por 5 minutos.

Sirva quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13833-sopa-de-couve-com-batata-doce.html>