

# SOPA DOURADA (GOLDEN SOUP)

## INGREDIENTES

1/2 abóbora japonesa/cabotia  
1 batata inglesa grande ou 2 médias  
1 batata doce grande ou 2 médias  
3 carás  
4 mandioquinhas/batatas baroa  
600 g de músculo bovino picado em pedaços (corte como strogonoff)  
20 g de tablete de curry  
2 cubos de tempero tipo caldo de galinha  
2 colheres (sopa) de margarina com sal  
Água até submergir todo o conteúdo na panela de pressão  
Opcionais: cebolinha e queijo ralado

## MODO DE PREPARO

Corte todos os vegetais em cubos (maiores se você quiser uma sopa com caldo e vegetais bem separados, ou menores se você quiser que eles se desfaçam para formar um caldo mais grosso).

Coloque-os na panela de pressão juntamente com a carne picada, os caldos de tempero da sua preferência, a margarina e o tablete de curry (o tamanho da porção é adequado a uma panela de pressão de 5 litros).

Preencha com água até cobrir todo o conteúdo.

Tampe a panela de pressão e coloque-a em fogo alto até pegar pressão.

Assim que começar a pegar pressão, coloque-a em fogo baixo de 20 a 25 minutos (quanto menores os pedaços dos vegetais, menos tempo).

Após esse intervalo, desligue o fogo e retire cuidadosamente a pressão da panela.

Para servir, pode-se decorar com cebolinha cortada ou queijo ralado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16114-sopa-dourada-golden-soup.html>