

# SOPA DE PALMITO

## INGREDIENTES

- 1 colher (sopa) de margarina
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho amassados
- 1 vidro grande de palmito picado
- 5 xícaras de caldo de frango
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 1 xícara de leite integral ou desnatado
- sal e pimenta a gosto
- 1 colher (sopa) de salsinha bem picada
- 1 colher (sopa) de cebolinha picada

## MODO DE PREPARO

Em uma panela grande, derreta a margarina e refogue a cebola e o alho.

Adicione metade do palmito e refogue rapidamente.

Junte o caldo de frango e deixe ferver.

No liquidificador bata bem a farinha de trigo, o leite e o restante do palmito.

Quando a água estiver fervido, acrescente o palmito batido.

Mexendo sempre, espere a sopa ferver e engrossar um pouco, aproximadamente 10 minutos no fogo médio. Prove a sopa e coloque sal e pimenta a gosto.

Polvilhe a sopa com a salsinha e a cebolinha.

Sirva imediatamente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/17208-sopa-de-palmito.html>