

SOPA DELICIOSA VÁRIAS VERDURAS

INGREDIENTES

1 cebola grande (ralada)

6 dentes de alho (amassados)

4- batatas médias

1 abóbora kabutia

1 abobrinha verde (ralada)

2- batatas doces médias

1 cenoura (ralada)

400 g de carne moída

coentro

1 colher (chá) de pimenta-do-reino

água

2 colheres de sopa dissolvidas em água fria (tempero pronto)

MODO DE PREPARO

frite a carne moída, amassando-a com colher para ficar bem separada. pode frita-lá com um pouco de cebola e alho.

Corte as verduras em pedaços: batata, batata doce, abóbora kabutia e rale as demais.

Em uma panela de pressão, refogue, a cebola ralada e o alho amassado.

Adicione todas as verduras e a carne na panela de pressão.

Adicione água até cobrir e passar 4 dedos das verduras.

Feche a panela, e deixe 10 minutos após começar a pressão.

Adicione o sopa dissolvido em água fria, coentro e a pimenta-do-reino, misture bem.

Acerte o tempero, e se precisar, adicione sal.

Espere ferver, o caldo engrossar, e desligue.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/20482-sopa-deliciosa-varias-verduras.html>