

# SOPA DE LEGUMES LEVINHA

## INGREDIENTES

1 cebola pequena picada em cubos  
alho-poró a gosto  
1 pitada de louro em pó  
1 tomate picado em cubos  
manjerição a gosto  
1 cenoura grande picada em cubinhos pequenos  
2 batatas médias picadas em cubos maiores que os da cenoura  
1 pedaço pequeno de abóbora picada  
100 g de músculo bovino ou peito de frango  
1 pequena quantidade de macarrão (pode ser integral)  
óleo ou azeite para refogar  
sal a gosto  
água

## MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão junte o óleo, a cebola e deixe refogar em fogo médio, espere dourar.

Junte o alho-poró, o tomate, o louro, o manjerição e refogue mais um pouco.

Acrescente o músculo, ponha o sal e continue misturando.

Adicione os demais ingredientes (exceto o macarrão) e coloque água até que todos estejam cobertos.

Feche a panela de pressão e, quando começar a chiar, conte 15 minutos e desligue o fogo.

Abra a panela, acrescente o macarrão na sopa quente, com fogo desligado, tampe a panela novamente e aguarde o macarrão amolecer.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22461-sopa-de-legumes-levinha.html>