

SOPA DE ABOBRINHA, COUVE E GRÃO DE BICO

INGREDIENTES

2 abobrinhas pequenas raladas
2 folhas de couve picadas
2 copos duplos de grão-de-bico cozido
1 pacote de sopa de cebola
1 cebola picada
2 dentes de alho
óleo para refogar
pimenta a gosto
sal a gosto
queijo parmesão ralado

MODO DE PREPARO

Adicione o grão de bico no liquidificador e bata bem com 2 copos de água.

Refogue o alho e a cebola no óleo.

Adicione a abobrinha ralada e a couve, refogue.

Adicione o grão de bico liquidificado.

Complete com mais 500 ml de água.

Espere levantar fervura, cozinhe por 20 minutos.

Adicione a sopa de cebola, acerte o sal e a pimenta.

Espere cozinhar mais 5 minutos.

Sirva com queijo parmesão ralado e, se quiser, adicione torradas.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/22715-sopa-de-abobrinha-couve-e-grao-de-bico.html>