

# SOPA DO SHREK (ERVILHA)

## INGREDIENTES

1 cebola grande picada

3 dentes de alho picados

1 pacote de ervilhas secas de 500 g

1 peito de frango sem osso

3 colheres de alho poró picado

2 litros de água

1 colher de café

coentro em pó

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

cebolinha picada a gosto

salsinha picada a gosto

## MODO DE PREPARO

Coloque em uma panela de pressão a cebola, o alho e o alho poró e deixe dourar.

Em seguida acrescente o frango. Refogue de três a cinco minutos, cuidando para não queimar.

Coloque na panela todo o conteúdo do pacote de ervilhas e refogue por 2 minutos.

Coloque um pouco de sal, apenas um pouco pois será acertado depois.

Acrecente a água, feche a panela e deixe na pressão durante 15 a 20 minutos, isso depende da panela.

Após isso, desligue o fogo, tire a pressão e abra a panela. As ervilhas deverão estar desmorchadas e formando um creme verde. Caso não tenham desmorchado, deixar na pressão mais alguns minutos.

Acerte o sal e acrescente o coentro, a pimenta, a cebolinha e a salsinha.

A sopa tende a ser bem cremosa, é possível ajustar isso acrescentando água ou então deixando a sopa ferver na panela com a tampa aberta até o ponto desejado.

Pode ser servida com torradas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/32197-sopa-do-shrek-ervilha.html>