

SOPA VITAMINADA

INGREDIENTES

300 g charque
300 ml feijão carioca
2 colheres de aveia em flocos
1/2 (meio) pacote de macarrão comum
1 batata inglesa
1 cenoura media
1/2 cebola rocha
200 g jerimum de leite
1/2 (meio) chuchu
1/2 maço de cheiro verde
1/2 maço de cebolinha verde
1/2 maço de coentro
5 pimentas-do-reino em caroço
1 caldo de carne
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Escalde o charque picadinho. Cozinhe e tempere à parte o feijão com temperos secos. Triture o macarrão cru com a mão e cozinhe em água fria, acrescentando os legumes. Refogue o charque e cozinhe por 10 minutos com pouca água. Triture o coentro com um pouco de caldo de feijão.

Junte todos os ingredientes em uma só panela e acrescente a aveia.

Quando ferver desligue e acrescente o caldo de coentro. Saboreie quentinho.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidadas.com.br/receita/33606-sopa-vitaminada.html>