

DELICIOSA SOPA LIGHT COM FRANGO

INGREDIENTES

1 saquinho de diversas verduras picadas

1 caldo de galinha

300 g de peito de frango em cubinhos

1 cebola picada

1 colher(sopa) de óleo

MODO DE PREPARO

Lave as verduras do saquinho(uma mistura de couve, couve-flor, brócolis, repolho, acelga e cenoura picadinhos), reserve.

Lave o peito de frango e pique em cubinhos .

Frite no óleo até ficar bem douradinho, acrescente os legumes, a cebola, o caldo de galinha e por fim cubra com água quente passando 2 dedos acima.

Cozinhe em fogo brando até os legumes estarem macios (25 minutos).

Acerte o sal de acordo com seu paladar.

Desligue o fogo e deixe esfriar

Bata tudo no liquidificador.

Bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40149-deliciosa-sopa-light-com-frango.html>