SOPA PARA DIETA

INGREDIENTES

200 g peito de frango picado

2 xícara de cebola picada

2 xícara e 1/2 aipo picado como cebola

1 xícara de cenoura picada

2 xícara e 1/2 de tomate picado

1/4 de xícara de purê de tomate

2 colheres de chá de azeite de oliva

3 xícara de repolho picado

1 tablete de caldo de galinha

2 dentes grandes de alho picado

1 pitada de molho inglês

1/2 xícara de salsa com cebolinha

1 pitada de orégano

1 pitada de pimenta-do-reino

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Misture tudo e deixe cozinhar por 30 a 35 minutos.

© 2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40257-sopa-para-dieta.html