

# SOPA CREME DE PALMITO

## INGREDIENTES

3 colheres (sopa) de margarina  
4 dentes de alho espremidos  
1 cebola média picadinha ou ralada  
1 xícara (chá) de farinha de trigo  
1 litro de leite fervendo  
1 litro de água fervendo  
2 vidros grandes de palmito fatiado fininho  
2 cubos de caldo de legumes  
Cebolinha picada  
Queijo parmesão ralado

## MODO DE PREPARO

Doure o alho e a cebola na manteiga, junte a farinha de trigo e mexa até dourar.  
Coloque a água e o leite aos poucos, mexendo sempre.  
Junte o palmito e o caldo de legumes. Mexa até levantar fervura.  
Cozinhe em fogo brando, mexendo de vez em quando, por aproximadamente 30 minutos.  
Prove o sal.  
Salpique cebolinha picada e queijo parmesão ralado para servir.  
Fica muito leve e saborosa.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/40346-sopa-creme-de-palmito.html>