

# SOPA COM PEIXE E AVEIA

## INGREDIENTES

2 batatas  
1 cenoura  
2 filés de peixe de sua preferência  
2 colheres (sopa) de aveia  
1 pacotinho de tempero Meu Segredo  
água para o cozimento

## MODO DE PREPARO

Descasque as batatas e cenoura e corte em cubos, corte o peixe em pequenos pedaços e reserve.

Em uma panela acrescente as batatas e a cenoura, tempero e cubra de água para cozinhar, quando observar que as batatas estão quase cozidas.

Em seguida retire 2 conchas e coloque no liquidificador com 150 ml de água e as 2 colheres de aveia, bata até virar um caldo grosso e reserve.

Junte o peixe e deixe cozinhar por mais 5 minutos e em seguida jogue a mistura do liquidificador e deixe por mais 2 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41814-sopa-com-peixe-e-aveia.html>