

# SOPA DE LEGUMES E MASSA

## INGREDIENTES

300g de cenoura  
1 curgete  
400g de batata  
100g de abóbora  
2 cebolas  
2 dentes de alho  
1 alho- francês pequeno  
1,2 litros de água  
50 g de massa torcido  
sal

## MODO DE PREPARO

Corte uma cenoura e metade da curgete em cubinhos e reserve ambos.

Descasque as batatas, a abóbora, as cebolas, os dentes de alho e corte-os em pedaços, juntamente com o alho-francês e as restantes cenouras e curgete.

Coloque os legumes todos numa panela com a água e tempere com sal.

Leve ao fogo, durante 30 minutos.

Decorrido o tempo, retire e triture a sopa.

Junte-lhe a massa e os legumes reservados, leve de novo a lume brando, por 15 minutos, mexendo de vez em quando, para não pegar.

Sirva em seguida.

Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41873-sopa-de-legumes-e-massa.html>