

SOPA DE ERVILHA VEGETARIANA

INGREDIENTES

500 g de ervilha desidratada (1 pacote)

1 cebola grande picada

2 dentes de alho amassados

2 Cenouras médias picadas

3 batatas médias picadas

1 sazón para legumes

1 caldo de legumes

pimenta-do-reino em pó a gosto

salsinha desidratada a gosto

cebolinha picada a gosto

folhas de manjericão a gosto

azeite ou óleo de soja para fritar os ingredientes

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Lavar bem a ervilha e deixar de molho por 5 minutos em água.

Picar a cenoura e a batata e reservar.

Em uma panela de pressão grande colocar o azeite ou óleo e fritar a cebola e o alho até ficarem dourados.

Adicionar o sazón, o caldo de legumes, pimenta do reino em pó, salsinha desidratada, cebolinha picada e manjericão a gosto deixando fritar em fogo baixo até derreterem e incorporarem os ingredientes.

Pegar então a ervilha já escorrida e colocar para fritar junto com os outros ingredientes.

Encher com água até a marca interna do cabo da panela de pressão.

Cozinhar por 10 minutos em fogo médio.

Retirar a panela do fogo e acrescentar a batata e a cenoura picada e cozinhar na pressão por mais 5 minutos em fogo baixo.

Passados os 5 minutos, retirar a panela do fogo e mexer bem a sopa até que a consistência fique bem grossa.

E está pronta uma sopa maravilhosa.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/42487-sopa-de-ervilha-vegetariana.html>