

SOPA CREMOSA DE ABÓBORA COM CALABRESA E ESCAROLA

INGREDIENTES

- 500 g de abóbora descascada e picada
- 4 linguiças calabresa (do tipo fininha) picadas em rodelas
- 6 dentes de alho picadinhos
- 1 cebola pequena picada
- 1 colher sobremesa de sal
- 2 pimentas malaguetas picadinhas (opcional)
- 1 pitada de pimenta calabresa
- 1 maço de salsinha picada
- 1 maço de escarola rasgada
- 2 colheres de sopa de azeite de oliva

MODO DE PREPARO

Pique os ingredientes;

Frite em óleo de oliva as linguiças até dourarem;

Frite o alho e em seguida a cebola, a pimenta malagueta ;

Junte a abóbora e refogue; tempere com sal e pimenta calabresa;

Junte 1/2 litro de água fervente e abaixe o fogo;

Deixe cozinhar por aproximadamente 15 minutos ou até a abóbora desmanchar;

Desligue o fogo;

Amasse com ajuda de espremedor se por acaso houver ainda algum pedaço de abóbora inteiro;

Se houve necessidade, adicione mais um pouco de água fervente e corrija o sal;

Na hora de servir, coloque o cheiro verde e a escarola e deixe aquecer por 2 minutos.

Se desejar, acompanhe com pão de queijo de araruta.

Uma delícia!

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/48717-sopa-cremosa-de-abobora-com-calabresa-e-escarola.html>