SOPA CREME DE LEGUMES DO VÔ RUBENS

INGREDIENTES

CREME DA SOPA:

Creme da sopa:8 batatas médias para grandes

2 cenouras grandes

1 abobrinha italiana

2 tomates sem sementes

3 mandioquinhas médias

150g de vagem

1/2 pimenta dedo-de-moça para quem gosta

ou acrescescentar os legumes ou verduras de sua preferência, pois a base do creme é o que está descrito acima (couve-flor, abóbora moranga, batata doce, couve, brócolis, inhame, mandioca etc)

tempero: sal e pimenta, caldo de legumes ou do sabor da carne que vai complementar a sopa.

para complemento da sopa:

500gr de carne de sua preferência cortada em cubos.

(pode ser carne bovina, suina ou de frango)

para acompanhamento:

pao de sua preferencia.

MODO DE PREPARO

PARA SOPA CREME:

Para sopa creme:Depois de lavados e picados todos os legumes e verduras, se não se importar pode deixar com a casca, assim aproveitamos melhor o que cada alimento nos oferece.

Colocar na panela de pressão e tempere com sal e pimenta e se preferir colocar um caldo de legumes ou do sabor da carne que vai complementar a sopa fica melhor ainda.

Após refogar um pouco com os temperos, cubrir todos os ingedientes com água e deixar cozinhar 5 minutos após a pressão.

Após o cozimento dos legumes, bater no liquidificador com o caldo e tudo, vai ficar um creme bem colorido e grosso.

Despejar em um refratário fundo.

PREPARO DA CARNE COMPLEMENTAR:

Preparo da carne complementar:Em outra panela, refogar a carne desejada, com seu temperos de preferência,

deixá-la bem cozida e corada, misturar junto ao creme batido da sopa.

depois é só servir com um pao de sua preferencia.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49939-sopa-creme-de-legumes-do-vo-rubens.html