

SOPÃO DE CARNE E LEGUMES DA MAMÃE ELENICE

INGREDIENTES

1 sopão sabor carne de 300 g

1/5 tablete de caldo de carne

300 g de carne picadinho

2 pedaços de mandioca

1 cenoura média cortada

4 batatas médias cortadas (pedaços grandes)

vagem cortadinha

3 mandioquinhas cortadas (pedaços grandes)

1/5 maço de couve cortada em tiras grossas

2 conchas de feijão cozido (temperado ou não)

MODO DE PREPARO

Em uma panela de pressão média, jogue a carne picada junto com o caldo de carne e a mandioca (ela é mais dura e tem que ir cozinhando antes).

Coloque água até cobrir.

Deixe cozinhar por 15 minutos. Enquanto isso, corte o restante dos legumes.

Junto com a carne já cozida, coloque o restante dos legumes, o feijão e cubra com água fria. Jogue o sopão e mexa até levantar fervura.

Feche a panela e deixe cozinhar por 15 minutos (depois que der pressão). Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50131-sopao-de-carne-e-legumes-da-mamae-elenice.html>