

# SOPA CREMOSA DE CEBOLA LIGHT

## INGREDIENTES

8 cebolas grandes  
1 litro de leite desnatado  
3 colheres (sopa) de farinha de trigo  
3 colheres (sopa) de margarina light  
quanto baste de parmesão ralado  
quanto baste de salsinha

## MODO DE PREPARO

Em uma panela coloque a margarina e a cebola cortada em rodela grossas.

Mexa, feche a panela e deixe por mais ou menos 15 minutos, ou até que as cebolas estejam amareladas e transparentes.

Adicione sal e mexa mais um pouco.

Abaixe o fogo e coloque o leite.

Deixe ferver e adicione o trigo dissolvido em um copo de água. Mexa até engrossar, deixe a panela em fogo baixo, fervendo por mais ou menos 15 minutos, ou até que as cebolas estejam quase derretidas.

Desligue o fogo e sirva a sopa em canecas ou pratos fundos com salsinha picada por cima e salpique queijo ralado.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50553-sopa-cremosa-de-cebola-light.html>