

# CALDO DE LOMBO COM LEGUMES

## INGREDIENTES

1 abóbora brasileira média madura picada (300 g)  
150 g de vagem picada  
1 maço de brócolis picado  
3 cenouras pequenas fatiadas  
1 cebola média picada ou 5 dentes de alho picados  
3 colheres de azeite  
600 g de lombo suíno fatiado  
2 colheres de gengibre ralado  
Sal e pimenta a gosto  
Queijo ralado  
Cheiro verde picado  
Torradas

## MODO DE PREPARO

Cozinhe os legumes até ficarem macios.

Reserve a água do cozimento.

Amasse a abóbora com garfo e reserve.

Aqueça o azeite e frite levemente para amaciar, as fatias do lombo temperado com pouco sal e pimenta e acrescente a cebola ou o alho até dourarem.

Acrescente a água do cozimento e deixe cozinhar por 10 minutos.

Acrescente a abóbora amassada, os legumes cozidos e o gengibre ralado.

Acerte o sal e deixe cozinhar por mais 5 minutos.

Enfeite com o cheiro-verde e queijo e sirva com torradas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50734-caldo-de-lombo-com-legumes.html>