

# SOPA DE LEGUMES COM BOLINHOS DE CARNE MOÍDA

## INGREDIENTES

200 g de carne moída  
1 pimentão grande verde ou vermelho  
3 batatas medias  
1 cebola grande  
1 tomate sem pele  
1 cenoura grande em rodela  
2 dentes alho  
2 limões  
1 ovo  
100 g de arroz lavado e escorrido  
Salsinha cebolinha a gosto  
Água quente para cobrir os legumes

## MODO DE PREPARO

Coloque em uma panela com água quente o pimentão picado, as batatas, o tomate picado, cebola, alho, tudo picado, deixe cozinhar.

Separado em uma tigela misture a carne moída com o arroz e o ovo acrescente sal e faça bolinhos com as mãos.

Quando os legumes tiverem cozidos coloque os bolinhos de carne moída, mas só quando a água tiver fervendo.

Acrescente sal a gosto

Quando tudo tiver cozido coloca o suco dos 2 limões e mexe devagar para não quebrar os bolinhos.

Antes de finalizar experimente se o arroz está cozido, se falta sal.

O suco de limão pode ser usado ou não mas ele dá um sabor diferente.

Opcional: uma colher de iogurte antes de servir.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50872-sopa-de-legumes-com-bolinhos-de-carne-moida.html>