

## SOPA SABOROSA LIGHT

### INGREDIENTES

2 cenouras

2 chuchus

1/2 repolho

1/2 cebola

1 beterraba

1 berinjela

1 tomate

1 sache de sazón

Tempero a gosto

1 caldo de carne

Água

### MODO DE PREPARO

Corte os legumes. Refogue nos temperos e acrescente água até cobrir os legumes. Leve na pressão por 5 minutos.

Não coloque óleo no preparo. Depois de cozido bata tudo no liquidificador para ficar um caldo.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52055-sopa-saborosa-light.html>