

# SOPA DE BANANA VERDE

## INGREDIENTES

12 bananas nanicas verdes  
7 colheres de óleo  
3 dentes de alho moídos  
1 e 1/2 colheres rasa de paprica doce ou picante  
4 tabletes de caldo de galinha  
sal a gosto  
cebolinha picada  
2 litros de água (mais ou menos)

## MODO DE PREPARO

Descasque as bananas e retire toda a parte verde, não deixe nada (isso pode deixar sua sopa amarrando)

Deixe de molho na água para que não fiquem pretas e pique em cruz, para fácil cozimento

Coloque o óleo e o alho em uma panela de pressão e escorra as bananas

Refogue por 1 minuto

Acrescente a paprica e refogue mais um pouco

Acrescente a água, o caldo de galinha e o sal a gosto, cuidado para não salgar

Deixe na pressão por 15 minutos e desligue

Verifique se os pedaços da banana estão derretendo

Passe a concha para dar uma boa quebrada nos pedaços que estão inteiros

Não passe de forma nenhuma a sopa na peneira ou em liquidificador, deixe bem homogênea

Acrescente a cebolinha e está pronta

Deixe para colocar o sal quando a sopa estiver completamente pronta, adicione a gosto

Coloque cheiro verde, como o coentro ou salsinha, fica maravilhoso (opcional)

A água vai depender do tamanho das bananas ou seja, passar acima do alimento dentro da panela 4 dedos de água

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/8094-sopa-de-banana-verde.html>