

# SOPA DA VOVÓ DO MARCÃO

## INGREDIENTES

1 kg de acém em cubos  
4 batatas  
2 mandioquinhas  
2 cebolas  
1 cabeça de alho  
1/2 abóbora japonesa em cubos  
1 abobrinha  
1 chuchu  
1/2 linguiça portuguesa  
1 linguiça calabresa  
1/2 pimenta americana  
1/2 pimentão de cada (amarelo, verde e vermelho)  
4 tomates  
1 pacote de macarrão para sopa  
2 folhas de loro  
colorau a gosto  
pimenta-do-reino a gosto  
sal a gosto  
cominho a gosto  
coentro a gosto  
cebolinha a gosto

## MODO DE PREPARO

Tempere a carne com sal, pimenta  
Enquanto a carne marina no tempero, realize o corte da linguiça portuguesa e calabresa em rodelas  
Corte em cubos todas as leguminosas  
Coloque em uma panela água para ferver  
Coloque em uma panela de pressão um pouquinho de óleo  
Sele primeiro a carne em cubos até ficar dourada de todos os lados  
Acrescente a pimenta americana picada em cubos

Coloque as linguiças e frite por 10 minutos

Acrescente os pimentões picados em cubos

Acrescente o alho e frite por 5 minutos

Acrescente a cebola e frite por 10 minutos

Acrescente 2 folhas de louro

Acrescente água já fervente na panela

Prove e acerte o sal

Feche a panela e espere 30 minutos após pegar pressão em fogo baixo

Deixe sair pressão no natural

Verifique a carne, se ainda estiver dura, volte na pressão por mais 10 minutos junto com os ingredientes abaixo; se a carne estiver molinha, basta cozinhar normalmente os ingredientes abaixo

Acrescente a batata, mandioquinha, abóbora, chuchu, coentro e cebolinha

Quando os legumes estiverem ao dente, coloque o macarrão para terminar de cozinhar

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/10567-sopa-da-vovo-do-marcao.html>