

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>