

CREME DE LEGUMES COM FRANGO

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 1 HORA

2 pernas de frango
3 batatas grandes cortadas em pedaços
1 nabo grande cortado em pedaços
2 cenouras grandes cortadas em pedaços
1 cebola e meia cortada em metades
2 partes brancas de alho francês cortadas em rodela
1 raminho de salsa
4 ovos
Sal q.b.
Pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

1. Numa panela com 3 litros de água, tempere com sal e pimenta. Junte as batatas, o nabo, as cenouras, a cebola, o alho francês, a salsa e o frango. Tape e deixe cozer durante 40 minutos.
 2. Depois de tudo cozido retire o frango para um prato.
 3. Passe a sopa com a varinha mágica.
 4. Depois da sopa passada, leve novamente ao lume. Adicione os ovos partidos um a um e deixe escalfar durante 5 minutos.
 5. Limpe o frango de peles e de ossos. Desfie a carne.
- Sirva a sopa com o ovo escalfado e o frango desfiado por cima.

Custo: 3.00 € ; Custo por pessoa: 0.75 €

<http://www.saborintenso.com/f19/creme-legumes-frango-13494/>

www.saborintenso.com