

# SOPA QUE EMAGRECE

## INGREDIENTES

1/2 cebola  
1 xícara de chuchu  
1/2 xícara de abóbora  
1 cenoura  
1/2 repolho  
2 dentes de alho  
frango desfiado a gosto  
água o suficiente para cobrir tudo

## MODO DE PREPARO

Refoque o alho com a cebola  
Acrescente os demais ingredientes  
Cubra com água  
Aguarde o cozimento que varia entre 10 a 20 minutos  
Bata tudo no liquidificador e sirva bem quentinha

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/12629-sopa-que-emagrece.html>