

# SOPA NABIÇA

## INGREDIENTES

3 dentes de alho  
1 cebola cortada  
1 Courgette  
1 Beringela  
2 Cenouras  
2 batatas pequenas  
1 frasco de feijão manteiga cozido (600 gramas)  
1 Nabo  
600 gramas de Abóbora  
Nabiças  
Sal grosso

## MODO DE PREPARO

Panela com azeite a cobrir 3 dentes de alho cortadinhos com 1 cebola cortada  
Depois de alourar, acrescente courgette, beringela, cenouras, batatas, feijão, nabo e abóbora  
Estes legumes devem ser cortados em pequenos pedaços  
Deixe os legumes de 2 a 3 minutos com o refogado e mexa  
Acrescente água até cobrir os legumes  
A tampa da panela deve estar meio aberta  
Depois de tudo estar cozido, passe bem  
Em seguida, acrescente a nabiça e deixe ferver por 10 minutos  
Sal grosso a gosto

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/6438-sopa-nabica.html>