

SOPA FITNES

INGREDIENTES

300 g de peito desfiado
2 batatas inglesa pequenas
1 cebola picada
1 tomate picado
1 pimentão
1 cenoura
1 chuchu
sal a gosto
1 colher (sopa) de azeite

MODO DE PREPARO

Cozinhe todos os legumes e depois passe todos no liquidificador com um pouco da água
Refogue a cebola, o tomate e o pimentão no azeite e depois acrescente o frango desfiado

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/7059-sopa-fitness.html>