

# SOPA DE CENOURA E TOMATE

## INGREDIENTES

2 colheres (sopa) de azeite de oliva.  
1 cebola cortada fininha  
1 talo de aipo cortado finamente  
1 dente de alho amassado  
4 cenouras grandes cortadas e descascadas  
800 g ou 8 xícaras (chá) de tomate cortados  
1 litro de água

## MODO DE PREPARO

Com cuidado, aqueça o azeite de oliva em uma panela grande e frite a cebola e o aipo em fogo médio por alguns minutos ate murcharem

Em seguida, adicione o alho amassado, as cenouras e os tomates e, por último, acrescente a água

Leve ao fogo e deixe ferver por 15 minutos ou até que as cenouras estejam cozidas

Coloque a sopa no liquidificador e bata até ficar cremosa

Em seguida, peneire a mistura do liquidificador e coloque de volta na panela

Adicione à panela uma pitada de sal e pimenta

Aqueça a sopa novamente em fogo baixo e sirva em seguida

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/8909-sopa-de-cenoura-e-tomate.html>