

-Sopa de Espinafres-

Ingredientes para 4 pax

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• 4 batatas médias• 3 cenouras médias• 150gr abóbora• 2 cebolas médias• 300gr espinafres | <ul style="list-style-type: none">• 1,750L de água a ferver• 80mml azeite• 1 tira de entrecosto• 8 rodela de chouriço moira• Sal q.b. |
|--|---|

Preparação

.Descascar e cortar em pequenos pedaços as batatas, as cenouras, as cebolas e a abóbora e colocar numa panela em lume médio por 5/6 minutos para suar os legumes; adicionar a água a ferver e a tira de entrecosto e deixar cozer por 20mn.



.Retirar a tira de entrecosto do caldo de legumes e cortar em pequenos pedaços bem como o chouriço moira e reservar; passar os legumes na panela com uma varinha mágica; desfolhar os espinafres e adiciona-los á panela, bem como o azeite e temperar de sal a gosto; adicionar o entrecosto e o chouriço e deixar cozer por 15mn.



.servir

