

Lista de compras

250 gramas de massa curta para sopa

2 colheres das de sopa de azeite

300 gramas de músculo cortado em cubos

1 colher das de café de alho picado

1 xícara das de chá de cebola cortada em cubos

150 gramas de cenoura cortada em cubos pequenos

150 gramas de chuchu cortado em cubos pequenos

300 gramas de batata baroa cortadas em cubos pequenos (mandioquinha salsa)

1 tomate sem pele cortado em cubos pequenos

50 gramas de alho poró fatiado

Sal e pimenta moída na hora a gosto

6 colheres das de sopa de cebolinha verde fresca ou a gosto

2 raminhos de tomilho limão

1 folha de louro

Receita disponível em: www.abimapi.com.br