



Receita da Semana



SOPA DE FRANGO TERMOGÊNICA



INGREDIENTES:

- 1 Cebola
- 1 Dente de Alho
- 1/2 col. (sopa) de Óleo de Canola
- 3 copos de Água
- 4 col. (sopa) de Cenoura cozida
- 1 pedaço pequeno de Gengibre
- 2 col. (sopa) de Extrato de Soja
- 1 col. (sopa) de Amido de Milho
- 1 col. (chá) de Sal
- 2 filés de Frango cozidos e desfiados

PREPARO:

1. Pique a cebola e o alho e refogue-os na panela com o óleo de canola. Junte dois copos de água e a cenoura cozida no liquidificador e bata bem.
2. Acrescente este creme de cenoura à panela com o refogado, junte o gengibre e ferva. Dissolva o extrato de soja no restante da água e acrescente o amido de milho, dissolvendo bem.
3. Incorpore ao creme de cenoura, mexendo sempre até engrossar. Acerte o sal. Salpique o frango desfiado e sirva a seguir.

