

Receitas em vídeo | Entradas

Sopa Primavera MAGGI com Frango

A Sopa Primavera Maggi pode ser preparada como sopa tradicional ou como base para outras receitas. Experimenta fazer a sopa adicionando frango, uma refeição deliciosa e fácil para surpreender a família e amigos.

23 min. | Fácil | Económico | 2 doses

Ingredientes

1 chávena de frango desfiado (pode ser assado)
2 c. de sopa de cebola picada (pode ser congelada)
2 c. de sopa de bacon
1/2 chávena de ervilhas
1 c. de sopa de hortelã picada
azeite q.b.
croutons ou pão torrado q.b.
1 saqueta de MAGGI Sopa Primavera

Informação nutricional

Energia	261,4 kcal	13%*
Proteínas	31,1 g	62%*
Lípidos	7,1 g	10%*
Hidratos de Carbono	17,4 g	7%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Refoga a cebola num pouco de azeite. Quando estiver translúcida junta o bacon e deixa cozinhar por mais 2 minutos.
2. Em seguida adiciona o frango, as ervilhas e junta a água conforme as indicações do pacote da sopa.
3. Adiciona o conteúdo da sopa Primavera MAGGI, junta a hortelã picada e deixa cozinhar por cerca de 12 minutos. Retifica os temperos de sal e pimenta. Podes servir com pão torrado ou croutons.