

Entradas Sopas

Sopa de Sêmola

15 min. Fácil Económico 4 doses

Ingredientes

1 ovo
4 c. de sopa rasas de semolina
2 c. de sopa de vinho madeira
2 cubos de MAGGI Caldo de Galinha
3 c. de sopa de Natas Longa Vida Original

Informação nutricional

Energia	105,9 kcal	5%*
Proteínas	3,3 g	7%*
Lípidos	4,8 g	7%*
Hidratos de Carbono	10,2 g	4%*

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

Preparação

1. Dissolve 2 Cubos de Galinha MAGGI, num litro de água.
2. Deita 4 colheres de sêmola, em chuva, e deixa cozer durante 5 minutos.
3. Depois bate uma gema de ovo com as Natas Longa Vida Original e o vinho Madeira e junta tudo.
4. Enfeita com pedacinhos de fiambre.