



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.

3 23 min.

Fácil

Económico

2 doses

kJ / 2000 kcal)

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 p	oara um adulto médi	o (8400

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.
- 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.