



Entradas Sopas

## Creme de Castanhas com Peito de Frango

🕒 40 min.

👤 Fácil

🍷 Moderado

✂️ 4 doses

### Ingredientes

500 g de castanhas  
1,2 dl de água  
1 cebola  
1 peito de frango  
2 batatas  
200 g de ervilhas  
1 cubo de MAGGI Caldo de Galinha

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	413,6 kcal	21%*
<b>Proteínas</b>	19,2 g	38%*
<b>Lípidos</b>	6,1 g	9%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	69,0 g	27%*

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

## Preparação

- 1** Faz um corte nas castanhas e coze-as. Escorre-as, descasca-as e reserva-as.
- 2** Leva 1,2 dl de água ao lume com o cubo Caldo de Galinha MAGGI e a cebola, o peito de frango, as batatas cortadas em pedaços e as castanhas cozidas. Quando ferver, deixa cozer tudo, durante 10 minutos. Retira a carne e junta as ervilhas.
- 3** Coze por mais 5 minutos. Tritura a sopa e rectifica os temperos.
- 4** Desfia o frango reservado e junta-o ao creme. Ferve por um minuto e serve. Dica: No final, adiciona uma colher de sopa de cebolinho.