

Entradas Sopas

Sopa da Pedra

40 min. Médio Caro 10 doses

Ingredientes

1 kg de feijão vermelho
1 orelha de porco salgada
1 chouriço (de carne)
150 g de toucinho de porco
750 g de batatas
2 cebolas
2 dentes de alho
1 folha de louro
1 raminho de coentros

Informação nutricional

Energia	588,8 kcal	29%*
Proteínas	31,3 g	63%*
Lípidos	18,1 g	26%*
Hidratos de Carbono	76,7 g	30%*

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

Preparação

1. Põe o feijão de molho durante algumas horas. Escalda e raspa a orelha de porco.
2. Coze o feijão em bastante água juntamente com a orelha, os chouriços, o toucinho, as cebolas, os alhos e o louro.
3. Tempera com sal e pimenta. Se for necessário junte mais água, que deve ser sempre a ferver.
4. Quando a carne estiver cozida, retira e introduz na panela as batatas cortadas aos quadradinhos e os coentros picados. Deixa cozer a batata.
5. Quando retirares a panela do lume, introduz as carnes previamente cortadas aos bocadinhos e uma pedra bem lavada, que deve ir à mesa na terrina.