

Entradas Sopas

Sopa Rica de Galinha

30 min. Fácil Económico 6 doses

Ingredientes

25 g de pimento vermelho (às tiras)
30 g de ervilhas
cenouras e nabos q.b. (cubos)
5 espargos
1 alho francês (pequeno)
2 c. de sopa de sumo de limão
1 saqueta de MAGGI Canja de Galinha com Aletria

Informação nutricional

Energia	37,5 kcal	2%*
Proteínas	2,3 g	5%*
Lípidos	0,3 g	0%*
Hidratos de Carbono	6,5 g	2%*

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

Preparação

1. Põe 1/4 litro de água numa caçarola ao lume e deixa ferver.
2. Em seguida, junta todos os ingredientes cortados, tapa e deixa cozer durante 10 minutos.
3. Junta, então, o conteúdo da saqueta de Canja de Galinha MAGGI e mexe.
4. Deixa cozer em lume brando, durante mais 10 minutos, mexendo de vez em quando.
5. Antes de servir junta o sumo de limão, um raminho de hortelã.