



CALDO ESPECIAL DE INVERNO



Nível
Iniciante



Rendimento
4 porções



Tempo de preparo
60 minutos



Ocasião
Dia a Dia



Modo de preparo
Cozido

INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de grão-de-bico (175 g)
- 1 folha de louro
- 1 dente de alho
- Sal a gosto

PARA A SOPA

- 3 colheres (sopa) de azeite
- ½ embalagem de Peito de Frango Seara (300 g) em cubos pequenos
- ½ cebola picada
- 1 dente de alho picado
- 2 xícaras (chá) de tomate sweet grape (180 g)
- 1 xícara (chá) de batata cortada em cubos pequenos (125 g)
- 1 xícara (chá) de macarrão tipo Ave Maria
- ¼ de xícara (chá) de queijo parmesão ralado (20 g)

MODO DE PREPARO

1. Deixe o grão-de-bico de molho na água de um dia para o outro.
2. Descarte a água e coloque em uma panela de pressão junto com o louro o alho e o sal. Cubra com água e cozinhe por aproximadamente 10 minutos após pegar pressão ou até que o grão-de-bico esteja macio.
3. Retire-o da panela coe-o com a ajuda de uma peneira e reserve o líquido.
4. Na mesma panela aqueça 2 colheres de sopa de azeite doure o frango e reserve.
5. No azeite restante e ainda na mesma panela refogue em fogo baixo a cebola e o alho até que estejam levemente dourados. Reserve.
6. Em seguida refogue os tomates até que tenham formado uma pasta. Junte o frango a cebola e o alho refogados adicione a batata e por último o grão-de-bico cozido.
7. Cubra com o líquido reservado do cozimento do grão-de-bico acerte o sal e leve ao fogo para cozinhar por aproximadamente 20 minutos até que a batata esteja quase cozida.
8. Adicione o macarrão e cozinhe até que esteja al dente.
9. No momento de servir acrescente o parmesão.

PRODUTOS UTILIZADOS



Filé de Peito
Swift