

## Sopa Light

6 porções

### Ingredientes

ou

3 unidades pequenas de chuchu cru (750 g)

ou

3 unidades pequenas de cenoura, crua (150 g)

ou

50 gramas de couve

ou

50 gramas de espinafre cru

ou

1 ramo médio de agrião (5 g)

ou

1 colher de sopa cheia, cubos de tomate (15 g)

ou

300 gramas de caldo de legumes Knorr Bio

ou

2 peitos pequenos de frango cozido (280 g)

ou

1 pitada de sal, cozinha (0 g)

ou

1 colher de chá, moído de condimento, pimenta do reino (2 g)

ou

5 folhas de manjeriço, fresco (3 g)

### Método de preparo

1

Modo de preparo: Leve ao fogo o peito de frango com os demais ingredientes cortados, em pedaços bem pequenos. Deixe cozinhar