

Sopa de Canjiquinha

ótima para os dias frios

🕒 Preparação 1 hora 🕒 Total 1 hora 1 porção

Ingredientes

ou	ou
40 gramas de canjiquinha de milho em grão	1 unidade pequena de chuchu cru (250 g)
ou	ou
2 gramas de alho	1 unidade pequena de batata (70 g)
ou	ou
2 ml de óleo de soja	50 gramas de patinho bovino, sem gordura, cru
ou	ou
1 grama de sal	1 colher de arroz cheia de feijão (35 g)
ou	
1 unidade pequena de cenoura, crua (50 g)	

Método de preparo

1

Refogar o alho e a cebola, quando estiver dourada adicionar a carne em cubinhos pequenos e refogar bem, adicionara a água e deixa ficar um caldo de carne, depois adicionar os legumes picados, tampar a panela e esperar ficarem bem macios

2

Em uma vasilha, misturar a canjiquinha de milho com água fria de forma homogênea e juntar na panela com a água fervente;

3

Adicionar alho refogado e aguardar o cozimento;

4

Ajuste o sal e sirva.