



Sopa de ervilha seca com frango

Ingredientes:-

250 gramas de ervilha seca

1 peito frango pequeno com osso -

alho amassado

1 cebola média picada

Temperos de preferência (cheiro verde, ervas frescas, pimenta branca, cominho)

2 colheres (sopa) óleo

Sal

Água fervente (1 – 1,5 l)

Preparo

Lave bem o peito frango , tempere-o com o sal e outro tempero de preferência. Reserve. Numa panela de pressão, frite o alho e a cebola no óleo, junte o peito de frango e doure-o dos dois lados. Adicione o cheiro-verde e a água fervente. Feche a panela e conte 20 minutos quando pegar pressão. Desligue, libere toda a pressão e retire o peito, desfie e devolva na panela.

Lave a ervilha, escorra , coloque-a na panela junto com o frango, tampe e volte ao fogo baixo para cozinhar por 10 minutos. Desligue, transfira para uma tigela única e sirva com torradas.

Serve 4 porções.