

Número	08	Tema	Sopas, Açordas, Migas e Papas	Data	20 de Junho de 2007
Assunto	<b>SOPA DE CHÍCHAROS VERDES</b>				

## Sopa de chícharos verdes

### **Ingredientes: Para 4 pessoas)**

- 750g de feijão frade em vagem;
- 400g de batatas;
- 150g de tomate;:
- 1 cebola;
- 100g de arroz;
- 100g de presunto;
- 1 osso de presunto (facultativo)

### **Modo de preparação:**

Depois de lavadas, partem-se à mão as vagens de feijão frade. As mais feitas (gradas) degranham-se (aproveitando-se apenas o grão). Cortam-se as batatas em quadrinhos deixando uma ou duas inteiras. Limpa-se o tomate de peles e de sementes e reduz-se a puré. Corta-se a cebola em gomos. Junta-se tudo numa panela, sem esquecer o arroz, o presunto se for utilizado. Cobre-se com água e leva-se ao lume a cozer. Quando as batatas estiverem cozidas, retiram-se e esmagam-se. Juntam-se novamente à sopa para a engrossar (deixam-se os quadrinhos inteiros). Rectifica-se o paladar e deixa-se apurar.