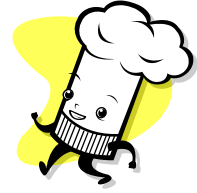


Sopa Tortellini de Espinafre

Com o frio chegando que tal uma sopa quentinha de tortellini com folhas de espinafre? Simples e fácil de preparar fica pronta em 30 minutos e vai aquecer estomago e corações em sua casa. (medida para 4 pessoas – ajustar se necessário)



Ingredientes:

2 colheres	Azeite de oliva extra virgem
1 cebola	Média cortada em pedaços pequenos
2 cenouras	Cortada em pedaços pequenos
2 talos	Aipo cortado em pedaços pequenos
1 colher	De sopa de sal marinho
8 copos	Caldo de legumes (baixo teor de sódio)
250 gramas	Espinafres baby
500 gramas	Tortellini
¼ de copo	Salsa picada
	Pimenta do reino fresca moída
	Parmesão ralado ou queijo pecorino ralado ao servir

Instruções:

- ✓ Aqueça o azeite em uma panela grande em fogo médio/alto.
- ✓ Adicione a cebola, as cenouras, o aipo e o sal e misture até cobrir tudo com o azeite.
- ✓ Cozinhe por cerca de 5 minutos mexendo ocasionalmente, até começar a amolecer.
- ✓ Coloque o caldo de legumes e aguarde ferver, tampe e reduza o fogo até que os vegetais esteja tenros.
- ✓ Levante a tampa e adicione o Tortellini e o Espinafre.
- ✓ Aguarde o tempo de cozimento das instruções do tortellini.
- ✓ Desligue a chama do fogão e adicione a salsa e a pimenta do reino.
- ✓ Sirva em bowls com o parmesão ralado.

