



Sopa Asiática com Lulas ao Gengibre e Cebolinho



Ingredientes

Para as Lulas:

- 1 emb. de **Lulas Cortadas da Patagónia PESCANOVA**
- 1 cebola roxa
- 1 dente de alho
- Coentros e cebolinho q.b.

Para o Caldo:

- Sal q.b.
- 100 g de Ervilhas PESCANOVA
- 100 g de cogumelos a gosto
- 2 colheres de sopa de molho de soja
- 30 g de gengibre

Para terminar:

- 1 malagueta vermelha fresca

Dificuldade



Fácil

Tempo



Entre 15-30 min

Nº de pessoas



4 Pessoas

Preparação

Preparação das Lulas:

1. Descongelar as **Lulas**, passar por água fria corrente.
2. Levar a **cozer em 2 l de água** com a cebola roxa descascada e cortada em quartos, o dente de alho pelado e esmagado, um molhinho de coentros e uma pitada de sal, **por 10 a 15 min.**
3. Depois, **retirar as Lulas e reservar.**

Para o Caldo:

4. Coar o caldo por um passador e levar novamente ao lume, destapado, com as **ervilhas descongeladas** e os cogumelos cortados em pedaços pequenos, por mais **10 min.** (desde o momento em que ferver).
5. Depois, acrescentar as **Lulas**, o molho de soja e o gengibre pelado e cortado em tirinhas e **cozinhar por mais 2 a 3 min.** para envolver sabores.

Para servir:

6. Por fim, **distribuir a sopa asiática de Lulas** por taças, acrescentar a **malagueta** fresca cortada em rodela finas e salpicar com **cebolinho** fresco picado.

Produtos Associados



Lula Cortada da Patagônia

Embalagem: **400 g**