

# Sopa de Pedra!! Ou de Legumes?



Sopa de Legumes!

**Vó, além de fazer coisas gostosas pra gente, também sabe contar estórias como ninguém e essa eu ouvia quando criança. Toda vez que tomo sopa de legumes, lembro da tal Sopa de Pedra, que me ensinou que devemos colaborar uns com os outros e comer todo tipo de verduras e legumes!! Senta que lá vem estória...e depois a receita!**

## ***A Sopa de Pedra***

*Uma vez, Pedro Malazartes, mineiro sanfoneiro, caipira famoso pela sua esperteza, foi chamado para resolver um caso interessante: as crianças de um pé de serra, lugar muito bonito e cheio de hortas e pomares bem cuidados, não queriam*

comer legumes e verduras de jeito nenhum.

Seus pais resolveram pedir para Pedro Malazartes inventar um jeito de elas comerem.

E Pedro, com seu jeito manso de Jeca, lá se foi. Reuniu a criançada e pitando seu cigarro de palha, perguntou:

– E aí, meninada! Vamos tomar uma sopa?

As crianças viraram a cara, de má vontade, mas perguntaram de que era a sopa.

– Sopa de Pedra! Minha maravilhosa Sopa de Pedra. Vem gente do mundo inteiro provar...

As crianças ficaram com os olhinhos brilhando de curiosidade. E Pedro continuou:

– Mas para tomar a Sopa de Pedra, prá ela ter maior sabor, vocês têm que ajudar a fazer.

Vamos dividir a turma de vocês em três grupos.

O primeiro vai buscar a água do rio e colocar aqui, no meu tacho.

Mas tem que ser a água limpinha, lá mesmo da nascente.

O segundo grupo vai catar as pedras no rio, mas só podem ser redondas.

Oval, triangular ou quadrada não servem.

E o terceiro grupo vai pegar legume e verdura da horta...

Lá se foram as crianças, cantando pelo caminho ao executar as suas tarefas:

**Minha sopa de pedra**

**tem melhor sabor...**

**Boto legume da horta,**

**só pra dar cor...**

**Verdura fresquinha,**

**um bocadinho só...**

**Boto água do rio,**

**prá ficar melhor.**

E assim, Pedro foi comandando aquela difícil tarefa...

Quando uma criança trazia uma pedra que não era redonda,

*redondinha mesmo, Pedro mandava voltar.  
E nisso, o tempo ia passando.  
As crianças com uma fome!...  
Iam e voltavam várias vezes da nascente para encher as  
cumbuquinhas de água limpa e jogar no tacho de Pedro.  
E os legumes cozinhando, misturando as cores...  
E Pedro mexendo e cantando...*

*E as pedras fazendo barulho no fundo.  
E o cheirinho estava danado de bom...  
Não é que a Sopa de Pedra cheirava bem?  
Quando ficou pronta, as crianças tomaram sofregamente a sopa e  
adoraram!  
Um menino, mais esperto, que até parecia filho do Pedro  
Malazartes, perguntou:  
– Pedro, e as pedras?  
– Uai, menino!*

*As pedras são pesadas.  
Ficam no fundo, só para dar gostinho...*

### **Ingredientes:**

2 batatas, 1 cenoura, 1 mandioquinha, 1 chuchu, 1 abobrinha,  
1/2 alho poró, 1 cebola, 2 tomates, um punhado de vagem etc...

1 cebola picada

2 dentes de alho picados

2 tomates picados

1 talo de salsaão

300 g de coxão mole ou patinho ou alcatra cortada em pedaços

1 lata de feijão branco em conserva

1 xícara de macarrão para sopa (borboletinha, letrinhas etc.)

1/2 colher de sobremesa de sal

pimenta e Sazon

1 folha de louro

2 colheres de sopa de azeite

Queijo parmesão ralado

### **Modo de Fazer:**

Coloque o azeite dentro de uma panela de pressão e refogue a carne picada. Quando estiver quase seca, coloque o sal e acrescente as cebolas, o alho e o tomate picados. Depois de um minuto, acrescente todos os legumes picados, mais o talo do salsão e o louro.

Cubra com água, tampe a panela de pressão e deixe cozinhar até a pressão pegar e desligue o fogo. Abra a panela somente depois que toda a pressão acabar, adicione o macarrão e mexa um pouco para não grudar. Depois o feijão branco em conserva junto com a água, 1 pacotinho de Sazón e mais sal se necessário. Desligue quando o macarrão estiver al dente (não muito cozido). Coloque num prato fundo, salpique com parmesão ralado e um fio de azeite. Com um pãozinho francês quentinho...tudo de bom!!

A pedra limpinha, é opcional!!