

SALADA SACIA A FOME

INGREDIENTES

1 xícara (chá) de macarrão parafuso integral

1 xícara de feijão branco cozido

1 xícara de cenoura pré-cozida

1 colher (sopa) de milho verde

1 xícara de brócolis cozido

MODO DE PREPARO

Arrume a salada em camadas no pote colocando primeiro o feijão

Coloque depois o macarrão,

Por último o brócolis

Se quiser, acrescente chia e algumas folhas verdes e cebola roxa

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/11677-salada-sacia-a-fome.html>