

SANDUÍCHE NATURAL SIMPLES E GOSTOSO

INGREDIENTES

4 pães de forma integral

1/2 cenoura ralada

1 xícara de frango desfiado

2 colheres de requeijão (normal ou ligh)

1 tomate cortado em rodelas

2 folhas de alface

MODO DE PREPARO

Misture o requeijão com o frango desfiado e a cenoura ralada em um recipiente

Primeiro a alface, depois a mistura de frango e por último o tomate

Ótima opção de lanche

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/854-sanduiche-natural-simples-e-gostoso.html>