

PASTA DE ATUM SIMPLES E RÁPIDA

INGREDIENTES

1 lata de atum ao óleo
1/2 cebola ralada
pimenta-do-reino a gosto
5 colheres (sopa) de maionese light
páprica a gosto
curry a gosto
orégano a gosto
aji-sal a gosto

MODO DE PREPARO

Escorra o óleo do atum
Em um recipiente, rale a cebola
Acrescente o atum escorrido
Adicione uma pitada de pimenta
Por fim, adicione a maionese light
Saboreie com pão integral ou torradas

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/12314-pasta-de-atum-simples-e-rapida.html>