TABULE TROPICAL MARANHENSE

INGREDIENTES

2 tomate

1 cebola branca

1 cebola roxa

1 pepino

1/2 manga

1/2 pimentão

hortelã a gosto

sal a gosto

pimenta do reino a gosto

salsa a gosto

cebolinha e coentro a gosto

100 g de carne moída

1 pé de alface

1 limão

MODO DE PREPARO

Corte o tomate, cebola, pepino, manga e pimentão em cubos.

Coloque a carne moída em uma panela e deixe fritar por 6 minutos.

Em seguida, adicione todos os ingredientes cortados em cubos na panela e misture bem.

Acrescente o sal, pimenta do reino, salsa, hortelã, coentro e cebolinha a gosto.

No prato, coloque o alface.

Coloque toda a mistura em cima do alface. Sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14460-tabule-tropical-maranhense.html