

WRAP DE FRANGO COM CREAM CHEESE LIGHT

INGREDIENTES

- 1 wrap integral
- 2 colheres (sopa) cream cheese light
- 1 peito de frango pequeno
- 1 xícara de agrião
- 1 xícara de alface lisa
- 1 unidade de tomate

MODO DE PREPARO

Prepare o peito de frango e adicione o tempero de sua preferência (eu utilizo cominho, alho e sal).

Corte o peito de frango em tirinhas e grelhe.

Misture o frango com as 2 colheres de cream cheese.

Em um prato separado, prepare o alface, o agrião e o tomate, cortando-os em pedaços médios.

Coloque o wrap em uma frigideira com fogo médio, sem óleo e sem azeite.

Deixe o mesmo lado ficar no fogo por uns 40 segundos e vire o wrap.

Adicione na parte de cima da massa, o frango com o cream cheese e deixe por uns 15 segundos.

Retire o wrap do fogo com a massa aberta e adicione a salada.

Tempere com um fio de azeite e feche a massa.

Sirva em seguida e bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18484-wrap-de-frango-com-cream-cheese-light.html>