

HAMBÚRGUER DE FRANGO FIT

INGREDIENTES

4 pães de hambúrguer

1 peito de frango

2 colheres de farelo de aveia

1 suco de limão

4 folhas de alface

4 rodelas de tomate

4 rodelas de cebola

1 cenoura pequena ralada

milho a gosto

4 ovos

queijo (opcional)

maionese light

1 dente de alho

orégano, cominho e sal a gosto

MODO DE PREPARO

MONTAGEM:

Montagem: Na parte de baixo do pão, coloque a maionese, o milho, a cenoura, o alface, o tomate e a cebola.

Coloque o hambúrguer, o ovo e o queijo.

Na outra metade coloque somente um pouquinho de maionese para deixar molhadinho.

Feche e bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/23415-hamburguer-de-frango-fit.html>