

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 rodela de tomate
4 rodela 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!

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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