

# SALADA DE MANDIOCA COM ATUM TERESA CARVALHO

## INGREDIENTES

6 ovos

300 g de mandioca, cortadas aos cubinhos

1 raminho de salsa

pimentão verde e amarelo cortados em palitos

2 cebolas médias cortadas em rodelas

2 cenouras média e cortadas em palitos

200 g de azeitonas pretas

100 g de azeite

5 dentes de alho picadinho

500 g de atum enlatado

5 palitos de feijão verde cortados em dois

sal e pimenta em pó a gosto

## MODO DE PREPARO

Faça um refogado com os alhos, cebola, azeite e os pimentões, acrescente o atum, e vire um pouco.

Misture muito bem, deixe meio solto (não deixe cozinhar muito), apague o fogo e reserve.

Em um tacho, cozinhe a mandioca, com o feijão verde.

Em uma travessa, coloque a mandioca, o feijão verde, a pimenta em pó e as cenouras cozidas.

Acrescente o refogado e misture cuidadosamente, na mistura da travessa para não empapar, tempere com um pouco de sal.

Decore, com os ovos, a salsa e as azeitonas pretas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23593-salada-de-mandioca-com-atum-teresa-carvalho.html>