

# SANDUÍCHE NATURAL DE VERÃO

## INGREDIENTES

300 g de peito de frango

1/2 cebola picada

1 pimentão verde picado

1 cenoura ralada

1 tomate picado

3 colheres e maionese (opcional)

1 copo de iogurte natural

6 azeitonas verdes sem caroço picadas

sal a gosto

páprica picante a gosto (opcional)

folhas de alface

## MODO DE PREPARO

Cozinhe o peito de frango e desfie.

Os legumes podem ser picados manualmente ou em processador.

Junte todos os ingredientes ao frango desfiado, formando um creme.

Sirva com o pão de sua preferência e as folhas de alface, montando um sanduíche.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26336-sanduiche-natural-de-verao.html>