

# SALADA DE RÚCULA, TOMATE E ALHO COM FRANGO

## INGREDIENTES

2 peitos de frango

sal, limão e pimenta

2 tomates cortados em fatias finas

3 alhos em fatias finas

1 maço pequeno de rúcula

azeite e vinagre para temperar

## MODO DE PREPARO

Tempere o frango com sal, limão e pimenta.

Use uma faca bem afiada, para descascar e cortar os tomates e o alho em fatias bem finas.

Esse é o segredo do sabor.

Use apenas as folhas da rúcula.

Asse os filézinhos de frango, passado na frigideira, com quase nenhum óleo.

Acrescente azeite e vinagre no tempero final.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28771-salada-de-rucula-tomate-e-alho-com-frango.html>