

SALADA DE HORTALIÇAS E FRUTAS

INGREDIENTES

1 cabeça de alface cortada

6 folhas de chicória cortada

1 chuchu cortado e cozido

1 manga cortada em cubos (não muito madura)

3 carambolas cortada em rodelas (não muito maduras)

3 colheres de sopa de cebolinha verde picada

1 cebola cortada em rodelas finas

temperos, azeite, sal, limão (pode substituir por limão, mas o certo é o limão para dar o sabor)

MODO DE PREPARO

Primeira camada, alface para preencher o fundo no recipiente.

Segunda camada, chicória cobrindo toda a camada de alface.

Terceira camada, chuchu cobrindo toda a camada de chicória.

Quarta camada, cubos de manga.

Quinta camada, coloca-se as rodelas de carambola.

Sexta camada, cebolinha picada e cebola em rodelas finas.

E por final, o tempero como quiser.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28895-salada-de-hortalicas-e-frutas.html>