

ATUM MÁGICO LOW CARB

INGREDIENTES

1 colher de sopa de gengibre picado
1 colher de sopa de gergelim torrado
1 colher de sopa de alho em pasta
1 sachê de tempero para salada
1 lata de atum sólido em água
1 lata de creme de leite
1 colher de sopa de açafrão
1 e 1/2 pepino em conserva picado
5 champignons picados
pimenta-do-reino
azeite extra virgem
1 colher de raspas de limão
2 colheres de queijo ralado
2 folhas de rúcula

MODO DE PREPARO

Frite o alho no azeite.

Acrescente o atum, o champignon, o gengibre, o pepino em conserva, o açafrão e frite por 5 minutos.

Acrescente o creme de leite e misture, por 1 minuto.

Finalize com o gergelim, raspas de limão, queijo ralado, pimenta-do-reino e enfeite com 2 folhas de rúcula.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29310-atum-magico-low-carb.html>