

SALADA VERDÍSSIMA

INGREDIENTES

- 1 maço de brócolis
- 1 maço de alface lisa
- 1/2 maço de couve manteiga
- 1 limão siciliano

MODO DE PREPARO

Corte os talos do brócolis e coloque para cozinhar por 20 minutos (tempo suficiente para que não se perca as propriedades nutritivas).

Corte em quadradinhos o maço de alface.

A couve manteiga também deve ser cortada em quadradinhos.

Assim que o brócolis esfriar, enfeite a saladeira com uma folha inteira da couve manteiga e coloque o brócolis de um lado e o alface e a couve misturados do outro.

Regue com suco de um limão siciliano.

Tempere com sal a gosto, açafrão e azeite de oliva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30477-salada-verdissima.html>