CREME DE MANDIOCA LIGHT

INGREDIENTES

4 pedaços pequenos de mandioca

1/2 copo de requeijão light

1/2 copo de leite desnatado

6 fatias de peito de peru ou 1/2 lata de atum

coentro a gosto

sal a gosto

azeite (opcional)

MODO DE PREPARO

Corte as mandiocas em pedaços e bata no liquidificador junto ao leite desnatado.

Adicione o requeijão, o coentro, o sal e o azeite (opcional).

Por fim, despedace as fatias de peito de peru ou coloque o atum e bata por somente alguns segundos, para que não triture tudo.

Coloque em um recipiente de sua preferência e sirva quente.

Pequenos pedaços de tomate podem ser adicionados depois ou até mesmo batido junto.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/30673-creme-de-mandioca-light.html