

SALADA DE TRIGO EM GRÃO

INGREDIENTES

1 xícara de trigo em grão

1 cebola pequena picadinha

1 tomate sem pele e sementes picadinho

1 cenoura pequena ralada

4 pepinos em conserva picadinhos

MODO DE PREPARO

Colocar o trigo de molho com duas xícaras de água fervente e aguardar em torno de 40 minutos com ele tampado ou até que o trigo fique inchado.

Escorrer o trigo e colocá-lo em um refratário, misturando o restante dos ingredientes picados.

Tempere a seu gosto.

Para temperar uso limão, azeite e sal.

Se quiser deixar de molho o trigo em água temperatura ambiente faça isso no dia anterior.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/31093-salada-de-trigo-em-grao.html>