

# SANDUÍCHE FRIOS DE RÚCULA E TOMATE SECO DA ABIMA

## INGREDIENTES

16 fatias de pão de forma integral ou a gosto  
azeite para temperar a rúcula  
orégano a gosto para temperar a rúcula  
1 maço de rúcula hidropônica, higienizada e cortada em tirinhas  
100 g de cream cheese  
8 nozinhos de queijo tipo muçarela cortados a gosto  
150 g de tomates secos temperados e bem escorridos  
10 azeitonas pretas sem caroço temperadas e picadas a gosto

## MODO DE PREPARO

Espalhe o cream cheese nas fatias de pão.

Disponha sobre as oito fatias de pão a rúcula temperada, a muçarela, o tomate seco e as azeitonas.

Cubra com as fatias restantes de pão e sirva a seguir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/31186-sanduiche-frio-de-rucula-e-tomate-seco-da-abima.html>