

# PEPINOS RECHEADOS

## INGREDIENTES

3 pepinos grandes

atum ralado

1/2 cenoura ralada

1/2 cebola ralada

1/2 pote de iogurte natural desnatado

broto de alfafa

salsinha

sal a gosto

suco de 1/2 limão

## MODO DE PREPARO

Corte os pepinos ao meio, retire parte de sua polpa (não totalmente para que quando rechear não caia).

Em um recipiente misture todos os demais ingredientes.

Recheie os pepinos com a misturinha e deixe na geladeira até a hora de consumi-los.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/31803-pepinos-recheados.html>