

LANCHE PARA VEGETARIANOS

INGREDIENTES

1 pão de sanduíche

1 alface

2 tomates

1 sache de milho(marca de sua preferencia)

3 batatas

batata palha (marca de sua preferencia)

queijo mussarela

queijo prato

maionese (a gosto)

catchup (a gosto)

MODO DE PREPARO

Lave a alface, o tomate e descasque a batata.

Cozinhe a batata ate ela ficar macia e deixe esfriar.

Pique o tomate (de preferência em rodelas).

Retire a água do milho e dê uma segunda lavagem.

Com a batata fria amace-a, pegue uma panela e faça um purê (tempero a gosto) e deixe esfriar com tudo pronto.

Corte o pão ao meio e coloque 2 fatias de queijo mussarela e duas fatias de queijo prato.

Depois coloque o pure frio, depois folhas de alface e as rodelas de tomate.

Depois coloque o milho a batata palha e feche .

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidass.com.br/receita/32489-lanche-para-vegetarianos.html>