

# SALADA DE GRÃO-DE-BICO E PALMITO

## INGREDIENTES

300 gramas de grão-de-bico  
1 xícara de chá de palmito picado  
1 pimentão vermelho picado  
1 pimentão amarelo picado  
1 xícara de azeitonas verdes  
1/2 cebola picada  
Alface a gosto  
Salsinha a gosto  
Molho  
Suco de 1 limão  
2 colheres de sopa de azeite  
2 colheres de sopa de mostarda

## MODO DE PREPARO

Refogue a cebola até dourar e em seguida acrescente os pimentões picados e mexa até amolecerem  
Apague o fogo e acrescente o grão-de-bico, o palmito e as azeitonas  
Em um recipiente, misture o suco de limão, o azeite e a mostarda  
Decore uma travessa com a alface, forrando o fundo  
Cubra a alface com a mistura da cebola, pimentões, azeitonas, palmito e grão-de-bico  
Despeje o molho sobre a salada e coloque as folhinhas de salsa por cima.  
Leve á geladeira e sirva frio.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/32913-salada-de-grao-de-bico-e-palmito.html>