

LADOPSOMO

INGREDIENTES

2 pepinos grandes

3 tomates médios ou 2 grandes

1 cebola média

1 pimentão colorido (amarelo ou vermelho) médio a grande

1 copinho de iogurte grego sem sabor e sem açúcar

4 colheres cheias de queijo fetá

1/2 peito de frango temperado cozido e desfiado

8 pitas (pão grego, mas se não encontrar pode usar pão sírio, ou massa para tortillas e/ou massa para quesadillas que fica mesma coisa)

sal, pimenta-do-reino, limão e azeite de oliva para temperar a gosto

MODO DE PREPARO

Pique os vegetais como se fosse para um vinagrete, bem pequenos, com exceção do pepino, que deve ser picado um pouquinho maior.

Tempere os vegetais com o sal, pimenta, limão e o azeite, mas não pode formar 'água', tempere só para dar um sabor, porque o molho dessa salada é o iogurte.

Se preferir, após temperar, escorra para retirar o excesso.

Prepare os vegetais já picados e o frango em um prato, espalhando-os bem.

Por cima polvilhe o queijo fetá.

Ao centro do prato coloque o iogurte grego e uma pitada da pimenta-do-reino para decorar.

Envolta da salada pode colocar alface picado também, vai do seu gosto e sua criatividade.

Caso, pense que vai sobrar, não coloque o iogurte grego no prato da salada, deixe que cada pessoa se sirva, pois a salada pode ser guardada de um dia para o outro, mas o iogurte não, a não ser que esteja à parte da salada, para não 'aguar' ou azedar.

Bom apetite!

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33472-ladopsomo.html>