

FAROFA FRIA NUTRITIVA

INGREDIENTES

1 pimentão vermelho

1 pimentão amarelo

1 cebola

1 xícara de azeitona

1 lata de milho verde

2 cenouras

1 xícara de azeite

2 xícaras de farinha de rosca

1 xícara de farinha de mandioca

cheiro verde a gosto

sal a gosto

2 sachês tempero para saladas

MODO DE PREPARO

Rale a cenoura, triture os pimentões, a cebola e a azeitona.

Coloque o milho, cheiro verde e o sachê para saladas.

A farinha de rosca e a farinha de mandioca, sempre mexendo.

Por último coloque o sal e o azeite .

Sirva a seguir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/38969-farofa-fria-nutritiva.html>