

# SANDUÍCHE FLOR DE LÓTUS

## INGREDIENTES

- 4 fatias de pão de forma integral ou 2 pães para hambúrguer integral
- 2 folhas de alface americana
- 3 colheres de cenoura ralada
- 2 rodelas de tomate
- Sal a gosto
- 1 colher de sopa de maionese light
- Orégano a gosto
- 2 fatias de peito de peru picado
- 1 fatia de presunto picado
- 1 colher de sopa de queijo ralado
- 2 fatias de queijo mussarela (opcional)
- Catchup light

## MODO DE PREPARO

### MONTAGEM:

Montagem: Coloque duas colheres do molho em uma fatia de pão, adicione o queijo mussarela (opcional, pois já tem queijo ralado), alface, a cenoura e o tomate, coloque a outra fatia de pão.

Coloque o sanduíche numa sanduicheira, espere ficar pronto e sirva com catchup light.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/41789-sanduiche-flor-de-lotus.html>