

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.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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