

# SALADA FESTIVA LIGHT

## INGREDIENTES

150 g de peito de frango cozido e desfiado  
1 cenoura pequena cozida  
1/2 pimentão verde pequeno  
1 colher de sopa de passas de uvas pretas  
1 colher de sopa de maionese light  
1/2 pote de iogurte natural desnatado  
1 colher de chá de mostarda  
Gotas de suco de limão  
2 colheres de chá de catchup  
Pimenta-do-reino a gosto  
2 xícaras de cubos de abacaxi  
Meio abacaxi cortado ao comprido com as folhas  
Folhas de alface ou repolho picadas

## MODO DE PREPARO

Retire o miolo de meio abacaxi sem furar a casca e corte-o em cubinhos (reserve a casca com as folhas).  
Misture em uma tigela todos os ingredientes, exceto a alface e sirva dentro da casca de abacaxi.  
Enfeite com alface (pode colocar alface ao redor do abacaxi e salpicar com romãs e uvas que garantirão prosperidade e riqueza no Ano Novo).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/43343-salada-festiva-light.html>