

ESCONDIDINHO DE BATATA SALSA E FRANGO LIGHT

INGREDIENTES

1 peito grande cozido com caldo de galinha e desfiado
4 colheres (sopa) de alho-poró em tirinhas (somente a parte branca)
1 cebola picada
1/2 lata de molho tomate
1 colher (sopa) extrato tomate
500 g de batata salsa, cozida e espremida
3 colheres (sopa) de requeijão light
1/2 colher (chá) de paprica picante
Cheiro-verde a gosto
2 cenouras raladas bem fininhas
100 g de queijo mussarela ralado ou a gosto
queijo parmesão ralado a gosto
azeite de oliva para refogar
temperos a gosto
sal a gosto

MODO DE PREPARO

MONTAGEM:

Montagem: Colocar em uma travessa que ira ao forno, metade do purê de batata salsa, em cima do purê colocar a cenoura refogadinha, o queijo mussarela ralado, o molho de frango, a outra metade do purê de batata salsa, alisar bem e para finalizar , colocar queijo parmesão por cima.

Levar ao forno preaquecido por uns 20 minutos ou até dourar em cima.

Fica muito gostoso se servido com salada de agrião, tomate e alface.

Se quiser pode servir com batata palha por cima.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/43693-escondidinho-de-batata-salsa-e-frango-light.html>