

# BAURU VEGETARIANO

## INGREDIENTES

1 pão de bauru  
2 folhas de alface  
Palmito picado  
Maionese light  
2 tomates pequenos  
1 fatia de queijo lanche  
pedaços de queijo de ricota  
Um pouco de requeijão light  
Milho e ervilhas

## MODO DE PREPARO

Coloque o pão em um prato, coloque nele todos os ingredientes cuidadosamente, a maionese, as folhas de alface, o palmito picado, os tomates, a ricota, o requeijão, os tomates pequenos e o milho e a ervilha.

Feche o pão.

Depois prenda em uma frigideira com um pouco de óleo de soja para esquentar por 3 minutos e está pronto o bauru vegetariano.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/43701-bauru-vegetariano.html>