SALADA VERDE E AMARELA

INGREDIENTES

1 peito de frango desfiado

1 colher de sopa de maionese

3 folhas de alface

2 maços de rúcula

1 maçã

4 batatas médias

1 pepino cortado em rodelas

meia cebola

azeite

orégano a gosto

sal a gosto

MODO DE PREPARO

Previamente, tempere o peito de frango com sal e ferva. Retire o frango da água e desfie com o auxílio de dois garfos.

Lave as folhas de alface e de rúcula e reserve.

Descasque e corte as batatas em cubinhos e ferva até que fiquem macias, mas sem desmanchar. Misture com os cubinhos de maçã. Reserve.

Misture o frango desfiado com uma colher de sopa de maionese e o orégano a gosto. Corte as folhas de alface e rúcula com as mãos e deite-as em um refratário.

Disponha as batatas e a maçã sobre as verduras, depois coloque o frango ao lado e logo depois o pepino.

Corte a cebola em pedaços bem finos e compridos e jogue-a sobre toda a salada.

Se desejar, tempere com sal e azeite. Sirva como prato único ou acompanhamento.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/46778-salada-verde-e-amarela.html