

SALADA DE TRIGUILHO (TRIGO PARA QUIBE) E LEGUMES

INGREDIENTES

1/2 xícara de triguilho

1 cenoura em cubos cozida

1 batata grande em cubos cozida

1 tomate em cubos

1/2 cebola em cubos

1 xícara de brócolis cozido picado

suco de 1/2 limão

azeite, sal e folhas de hortelã a gosto

folhas de alface para decorar

MODO DE PREPARO

Deixar o triguilho de molho em 1 xícara de água quente por meia hora. Espremer para retirar a água.

Misturar o triguilho, cenoura, batata, tomate, brócolis, cebola, hortelã, sal e suco de limão.

Colocar em uma saladeira sobre as folhas de alface e regar com azeite.

Levar à geladeira.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/48492-salada-de-triguilho-trigo-para-quibe-e-legumes.html>