

# SALADA DE FIGO COM MIX DE FOLHAS

## INGREDIENTES

Folhas diversas (alface americana, roxa, rúcula, outras folhas a seu gosto)

4 a 6 figos roxos, bem maduros (porém não passados)

1 fatia de 1 cm (ou 2 bolas) de mussarela de búfala

5 colheres de sopa de vinagre (aceto) balsâmico

2 colheres rasas de sopa de açúcar mascavo

1 pote de iogurte natural

1 colher de sopa de castanhas de cajú moídas (opcional)

## MODO DE PREPARO

Faça uma redução do vinagre balsâmico com o açúcar mascavo: numa frigideira ou panela pequena coloque o açúcar e o aceto, e leve ao fogo, mexendo sempre com colher de pau até o açúcar dissolver e o aceto reduzir e engrossar. Reserve.

Rasgue as folhas em pedaços irregulares e forre com elas uma travessa baixa e larga.

Corte os figos em cruz (4 partes cada) e espalhe os pedaços sobre as folhas.

Quebre a mussarela de búfala em pequenos pedaços ou cubos irregulares e espalhe-os também sobre as folhas.

Com uma colher, espalhe o iogurte sobre as folhas e os pedaços de figo e a mussarela.

Espalhe também a redução de vinagre balsâmico, já fria.

Se desejar, espalhe as castanhas de caju moídas.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49666-salada-de-figo-com-mix-de-folhas.html>