

# MAIONESE DE TRIGUILHO

## INGREDIENTES

2 copos de requeijão de trigo para quibe  
1 copo de proteína de soja texturizada  
1 copo de requeijão de maionese  
1/2 de pimentão vermelho picado  
1/2 de pimentão verde picado  
1/2 de pimentão amarelo picado  
vagem cozida a gosto picadas  
2 cenouras pequenas cozidas picadas  
azeitona a gosto picada  
cheiro verde a gosto picado  
cebola a gosto picada  
1 limão  
azeite a gosto  
sal a gosto  
1 lata de milho verde

## MODO DE PREPARO

Colocar o triguilho em uma vasilha e cobrir com água quente, deixar 15 minutos.

Fazer o mesmo com a proteína de soja.

Após o tempo de espera escorra bem na água da proteína de soja e tire todo excesso.

Misture tudo com os legumes picados e coloque o sal, limão, azeite e a maionese por último.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49769-maionese-de-triguilho.html>