

# SALPICÃO LIGHT DA LAÍS

## INGREDIENTES

1 kg de peito de frango cozido e desfiado  
1 cenoura (grande) ralada  
1 lata de milho  
1 lata de ervilha  
200 g de presunto light  
200 g de peito de peru light (opcional)  
2 colheres de sopa de azeite  
2 saquinho de sazón tempero do nordeste  
3 colheres de sopa de maionese light  
sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Misture primeiro o peito de frango, cenoura, o milho, a ervilha o presunto, peito de peru e misture.

Depois adicione o azeite o sazón a maionese e o sal á gosto misture tudo.

E bom apetite.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49872-salpicao-light-da-lais.html>