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 sazon a maionese e o sal á gosto misture tudo.

E bom apetite.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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