

SANDUÍCHE INTEGRAL DA FÊ

INGREDIENTES

2 fatias de pão integral (ou de grãos)

1 colher de requeijão light

1 fatia de queijo (a gosto)

6 rodelas de cenoura crua (ou 2 colheres ralada)

6 rodelas de beterraba crua (ou 2 colheres ralada)

1 fatia de peito de peru

broto de alfafa (a gosto)

MODO DE PREPARO

Coloque todos os itens no sanduíche na ordem acima.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52356-sanduiche-integral-da-fe.html>