

SANDUÍCHE DA LU

INGREDIENTES

250 g de frango cozido sem óleo só na água,

200 g de maionese light

1 cenoura ralada

10 fatias de pão integral sem casca(bordas)

Tempero

1 noz-moscada

1 cabeça de alho pequena

1 cebola

1 colher de sobremesa de pimenta-do-reino

100 ml de vinagre

MODO DE PREPARO

Desfie o frango, coloque em uma vasilha, na mesma coloque a cenoura ralada, a maionese e o tempero (bata todos os ingredientes no liquidificador).

Coloque na fatia de pão uma colher da mistura e depois coloque a outra fatia fechando.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/52800-sanduiche-da-lu.html>