

# CREME DE LEGUMES CAIPIRA

## INGREDIENTES

1 filé de frango  
1/2 mandioquinha  
1/2 cenoura  
1/2 tomate  
2 xícaras (chá) de água  
Sal a gosto  
2 colheres de mingau de aveia mococa nutriton

## MODO DE PREPARO

Cozinhe o frango e os legumes com água e o sal.

Passe tudo pelo processador, coloque em um prato e adicione o mingau de aveia mococa nutriton.

Sirva em seguida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/54738-creme-de-legumes-caipira.html>