

SALADA PENNE INTEGRAL

INGREDIENTES

1 xícara (chá) de macarrão penne integral
1 dente de alho amassado
1 colher (sobremesa) de óleo de coco
2 colher (sopa) de azeitona-preta sem caroço
3 folhas de manjericão fresco
2 tomates cereja
3 colheres (sopa) de atum light em lata escorrido
2 pimentas - biquinho

MODO DE PREPARO

Cozinhe o macarrão seguindo as instruções da embalagem e reserve

Em uma panela, frite o alho no óleo de coco com uma pitada de sal

Misture o macarrão, alho, sal e deixe esfriar

Depois de frio, coloque

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/6300-salada-penne-integral.html>