

Smart Mommys

receitas deliciosas

Receita: Salada de frango surpreendente

Categoria: Saladas

Tempo de preparação: 15 min

Ingredientes:

1 Alface pequena (mini)

1/4 Couve roxa

Peito de frango assado

Duas mãos cheias de tremoços descascados

1/2 Maçã Granny Smith

1 Chávena de massa laçarotes tricolor (opcional)

1 Colher de sopa de maionese

1 Fatia de queijo Feta (+- 1cm)

Preparação:

Lavar todos os legumes e arranjá-los. Desfiar grosseiramente o peito de frango assado. Cortar a maçã em bocadinhos e passá-la por algumas gotas de sumo de limão.

Cozer os laçarotes e passar por água fria. Colocar no fundo do prato.

À parte laminar a alface e a couve-roxa, misturar as duas e colocar por cima dos laçarotes. Em seguida o frango, o feta partido em bocadinhos e a maçã. Adicione uma colher de maionese e misture tudo. No topo disponha os tremoços.

Sirva imediatamente.