

# FRANGO DESFIADO LIGHT

## INGREDIENTES

1 peito de frango cozido e desfiado

1 lata de milho

2 caixas de creme de leite

3 a 4 colheres de salsinha

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

## MODO DE PREPARO

Depois de cozido e desfiado, tempere o peito de frango com sal e pimenta

Bata no liquidificador o creme de leite, a salsinha e o milho com uma pitada de sal

Misture o creme verde com o frango que está na travessa

Leve ao forno micro

Sirva com arroz branco ou arroz integral e batata palha

©2025 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/11359-frango-desfiado-light.html>