

# WRAP DE FRANGO DESFIADO

## INGREDIENTES

- 1 xícara de frango desfiado (100g)
- 1 massa de wrap ou pão sírio integral
- 1 punhado de rúcula ou alface americana bem lavadas
- 1/2 cenoura ralada
- 1 tomate picado
- 1 colher (sopa) de cream cheese

## MODO DE PREPARO

Espalhe o cream cheese sobre a massa ou pão

Enrole e bom apetite

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/4178-wrap-de-frango-desfiado.html>