30 de sabores de

Salada de Pote

Morgana Moraes

+ 10 MOLHOS

volume 01

1 Quem sou
3 Nutrientes
5 Preparo
7 Finalização
22 Saladas
39 Molhos

Morgana Moraes

Quem sou

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nullam non vehicula nulla. Duis a vehicula felis, at porttitor nisi. Quisque sodales iaculis quam at malesuada. Suspendisse potenti. Cras venenatis mauris eu tincidunt aliquet. Etiam aliquam auctor ipsum, nec finibus turpis tempus nec. Praesent lobortis tempor augue vitae dignissim.

Nutrientes

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nullam non vehicula nulla. Duis a vehicula felis, at porttitor nisi. Quisque sodales iaculis quam at malesuada. Suspendisse potenti. Cras venenatis mauris eu tincidunt aliquet. Etiam aliquam auctor ipsum, nec finibus turpis tempus nec. Praesent lobortis tempor augue vitae dignissim.

Vitaminas

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Nullam non vehicula nulla. Duis a vehicula felis, at porttitor nisi. Quisque sodales iaculis quam at malesuada. Suspendisse potenti. Cras venenatis mauris eu tincidunt aliquet. Etiam aliquam auctor ipsum, nec finibus turpis tempus nec. Praesent lobortis tempor augue vitae dignissim.

Salada Verde

ingredientes

1 e ½ xícara de alface picada - 1 e ½ xícara de rúcula picada - ½ de xícara de coentro cortado - ½ xícara (50g) de cebola roxa cortada em fatias - ½ xícara (80g) de maçã verde cortada em fatias finas - 1 xícara (150g) de ervilhas frescas descongeladas.

molho

50g de pasta de amêndoa - Suco de 1 limão - 1 colher de chá de sal com ervas - 1 colher de sopa de azeite de oliva extravirgem.

finalização

4 colheres de sopa de granola salgada e raspas de limão.