

RECEITINHAS

Enroladinho Integral Divertido

Ingredientes

Pastas:

6 colheres (sopa) NUTREN® Kids Baunilha
meia xícara (chá) de queijo minas picado
1 colher (chá) de azeite
meia colher (chá) de sal
1 colher (sopa) de cebola picada
2 colheres (sopa) de beterraba ralada
2 colheres (sopa) de ervilha fresca cozida
2 colheres (sopa) de atum em conserva ralado

Montagem:

4 fatias de pão de forma integral sem casca
2 fatias de peito de peru
1 colher (sopa) de gergelim branco
1 colher (sopa) de gergelim preto

Modo de Preparo

Pasta:

Em um processador, bata o NUTREN® Kids com o queijo minas, o azeite, o sal e a cebola. Divida em duas partes iguais. Em uma parte, batacom a beterraba até obter uma pasta lisa levemente rosa e a outra parte bata com a ervilha e o atum até obter uma pasta lisa levemente verde. Reserve.

Montagem:

Com auxílio de um rolo de macarrão, abra as fatias de pão e deixe em uma espessura boa para enrolar. Divida duas fatias do pão para cada recheio. Espalhe uma parte da pasta de ervilha e atum, enrole e passe uma fina camada da pasta por fora, passando na mistura de gergelim. Na outra parte de pão, espalhe a pasta de beterraba e coloque o peito de peru, enrole e passe uma fina camada da pasta por fora, também finalizando com a mistura de gergelim. Corte o sanduíche em três partes e sirva.

Rendimento: 4 unidades ou 12 enroladinhos

Categoria da Receita: Brunch/Lanche

Tipo de Prato: Canapés e Sanduíches

Tempo de Preparo: 30 min.

Tempo Total de Preparo: 30 min.

Nível de Dificuldade: Fácil

Custo: \$ - Baixo

