

Salada Refrescante de Carne Moída com Alface

Ingredientes (para 1 pessoa):

200g de carne moída pronta (refrigerada, para consumo direto)

1/2 maço pequeno de alface (aproximadamente 100g)

Modo de Preparo:

Abra cuidadosamente a embalagem da carne moída pronta. Certifique-se de que é um produto seguro para consumo direto e refrigerado.

Lave muito bem as folhas de alface em água corrente fria.

Com as mãos limpas, rasgue as folhas de alface em pedaços menores, do tamanho de uma mordida.

Em um prato ou recipiente adequado, arrume as folhas de alface rasgadas, formando uma "cama" para a carne.

Com cuidado, coloque a carne moída pronta por cima da alface.

Sua salada está pronta para ser saboreada imediatamente!

Preparo

Menos de 15 minutos

Cozimento

Não se aplica (carne já pronta)

Serve

Serve 1 pessoa

Dieta

Sem restrições

Dica

Para um toque extra de frescor e crocância na alface, você pode deixá-la de molho em água bem gelada por alguns minutos antes de usar.