

Salpicão sem Maionese | Como Fazer Salpicão sem Maionese Receita



Salpicão sem Maionese

Ingredientes:

Frango: 1 peito (cozido e desfiado);

Milho verde: 1 lata;

Ervilha: 1 lata;

Cenoura: 1 unidade (ralada);

Batata palha: a gosto;

Cheiro verde: a gosto;

Iogurte natural: 1 copo.

Modo de preparo:

1. Misture todos os ingredientes, menos a batata palha;
2. Tempere a gosto;
3. Quando for servir, misture a [batata palha](#).

O iogurte é um ótimo substituto para a maionese, pois é fonte de proteína e cálcio e deixa o salpicão cremoso.

Dica: Utilize o iogurte como substitutos em outros pratos que levem maionese ou creme de leite.

Salpicão sem Maionese