

Sanduíche de peito de peru light

Ingredientes:

- 1 fatia de peito de peru light
- 2 fatias de pão de forma integral
- 1 fatia de tomate
- 1 folha de alface
- 1 colher de requeijão light

Modo de preparo:

Pegue uma das fatias de pão e passe uma colher de requeijão. Acrescente à fatia de peito de peru a folha de alface, a fatia de tomate e, por fim, a outra fatia de pão.

Motivo da escolha: “Trata-se de um alimento frio, muito saudável, natural e nutritivo.”

Aluno: *Lucas Valente* – 3ºD

