

Receitas em vídeo | Pratos Principais

Salada de Batata com Molho de Iogurte Grego Natural Nestlé e Pesto

A salada de batata é perfeita para uma refeição descontraída. Esta opção com Molho de Iogurte Grego Natural Nestlé e Pesto é uma junção saborosa e criativa que vais adorar. Um prato que pode ser servido morno ou frio.

20 min. | Fácil | Económico | 2 doses

Ingredientes

- 200 g de batatas primor
- 1 chávena de feijão-verde cozido (congelado)
- 2 c. de sopa de pesto
- 1 c. de sopa de manjericão picado
- 1 chávena de iogurte NESTLÉ Grego Natural
- 1 chávena de frango desfiado

Informação nutricional

Energia	360,8 kcal	18%*
Proteínas	41,7 g	83%*
Lípidos	11,1 g	16%*
Hidratos de Carbono	23,6 g	9%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Coze as batatas num tacho de água a ferver temperada com sal durante cerca de 10 minutos. Não as queremos muito cozidas. Escorre e coloca numa taça.
2. Numa tigela pequena mistura o iogurte com o molho de pesto, envolve bem.
3. Adiciona às batatas o frango desfiado, o feijão-verde, o manjericão e o molho de iogurte. Envolve bem e tempera a gosto com sal e pimenta. Podes servir este prato morno ou frio.