



Lanches Pão

## Baguette Recheada

🕒 10 min.

👤 Fácil

💰 Económico

🍴 2 doses

### Ingredientes

2 baguetes médias  
250 g de queijo creme  
1 pimento verde assado  
1 tomate  
1 cenoura

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	712,9 kcal	36%*
<b>Proteínas</b>	23,7 g	47%*
<b>Lípidos</b>	30,6 g	44%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	84,3 g	32%*

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

### Preparação

- 1 Começar por cortar as baguetes ao meio e, com cuidado e a ajuda de uma colher retirar o miolo. Partir o tomate e o pimento assado aos cubinhos e ralar a cenoura.
- 2 Numa taça colocar o queijo creme e amassar com um garfo.
- 3 Juntar os legumes e, com a ajuda de uma colher ou um saco de pasteleiro rechear as baguetes.
- 4 Levar ao frio até à hora de servir.