



# Tortilhas com frango, milho e feijão



Categoria  
Carne



Tempo de preparação  
Rápido



Dificuldade  
Fácil



Custo  
Econômico



Com quem?  
Com a família



Nº de pessoas  
4 pessoas

## Ingredientes

 2dl + 1dl Gallo Azeite de  
Oliva Extra Virgem Clássico

- 4 tortilhas
- 200g de frango desfiado cozido
- 150g de feijão vermelho cozido
- 100g de milho doce
- 100g de alfaces mistas
- 200g de guacamole
- 50g de rabanetes ralados
- Para o guacamole:
  - 2 abacates
  - 50g de cebola
  - 20g de malaguetas vermelhas
  - 5g de coentros
  - 20g de tomate
  - Sal, a gosto
  - Pimenta, a gosto

## Modo de preparação

1

Aqueça as tortilhas em uma frigideira antiaderente, cerca de 1 minuto de cada lado.

2

Colocar em um prato e em cima a salada temperada com Gallo Azeite de Oliva Extra Virgem Clássico.

3

Em seguida, coloque o milho, o feijão vermelho, o frango, os rabanetes e um pouco de guacamole.

4

Complete com um fio de Gallo Azeite de Oliva Extra Virgem Clássico.

5

Sirva as tortilhas abertas.

6

Abra e retire o caroço dos abacates. Com uma colher de sopa, retire todo o miolo para uma taça ao mesmo tempo que esmaga.

7

Junte a cebola picada, a malagueta em pedaços pequenos, o tomate em cubos pequenos e os coentros picados envolvendo bem.

8

Deite o Gallo Azeite de Oliva Extra Virgem Clássico e o sumo de lima, tempere a gosto com sal e pimenta e misture bem.

## Produtos utilizados



*Clássico*

Azeite de Oliva Extra Virgem

## Veja também

---

 Carne  Rápido  Fácil

*Pizza de presunto com rúcula*

---

 Carne  Médio  Fácil

*Salada de entrecôte com arroz vermelho, manga e tomate*

---

 Carne  Médio  Fácil

*Espetadas de frango com molho de amendoim*

---

 Carne  Demorado  Fácil

*Perna de cabrito em crosta de ervas*

---

 Carne  Demorado  Fácil

*Perna de borrego no forno com chalotas e cogumelos*

---



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide