

RAP10 COM CARNE

Ingredientes

ou	ou
1 unidade grande de pão, sírio, trigo integral, RAP10 [64 g]	2 folhas médias de alface [20 g]
ou	
50 gramas de carne moída	

Método de preparo

- 1
temperar a carne à gosto
- 2
esticar a carne temperada no rap10 e levar na frigideira até dourar os dois lados
- 3
completar com alface e tomate