

## Pastinha de ovos com cenoura

Super intestino

● Total 20 minutos 2 porções

### Ingredientes

ou

2 unidades de ovo de galinha cozido [156 g]

ou

1 colher de sopa de requeijão sem lactose caseiro [20 g]

ou

1 colher de sopa cheia, ralada de cenoura crua [12 g]

ou

azeitona picada

ou

1 colher de sopa de salsinha, crua [4 g]

### Método de preparo

1

Cozinhe os ovos, descasque e amasse bem. Rale a cenoura e acrescente os outros ingredientes. Tempere com sal, pimenta do reino e azeite de oliva. Obs: Pode acrescentar frango desfiado na pastinha.