

# TOSTA DE ATUM COM SALADA E QUEIJO



## INGREDIENTES

- PÃO FORMA
- ATUM
- ALFACE
- CEBOLA
- TOMATE
- QUEIJO
- MAIONESE/QUEIJO QUARK

## CONFEÇÃO

1. Colocar na taça, a alface a gosto, tomate e cebola, com o acessório ultrablade e programar velocidade 12, durante 30seg.

---
2. De seguida raspar com a espátula e juntar o atum e o queijo. Continuar com o mesmo acessório e programar novamente velocidade 12, 30 seg.

---
3. Colocar o acessório Misturador/borboleta, e juntar maionese/queijo quark a gosto. programar velocidade 3, durante 1 minuto ( verificar a meio a consistência, e raspar dos lados).

---
4. Aquecer a tostadeira, colocar o preparado no pão de forma ( deu-me para duas sandes bem cheias mesmo), e deixar a fazer um pouco ( 1 a 2 minutos máx).

---
5. E já está, uma refeição rápida e fácil

---

---