Patê de frango fitness

Ingredients

250 gramas de peito de frango desfiado cozido, sem sal

2 cenouras médias (250 gramas)

1/4 xícara de chá de azeite de oliva extra-virgem (60 ml)

1 colher de chá de sal (5 gramas)

2 colheres de sopa de cheiro-verde (ou a gosto)

Preparo

Reúna todos os ingredientes para preparar um patê de frango fit, leve e saudável, perfeito para a sua dieta;

Higienize as cenouras, descasque-as e retire as pontas, e depois corte elas em rodelas médias;

Transfira as cenouras para uma panela e cubra com água. Leve para o fogo médio e deixe cozinhar até elas ficarem macias. Descarte a água e reserve;

Em um processador de alimentos, coloque o frango desfiado, as rodelas de cenoura cozidas, o azeite, o sal e o cheiro-verde. Bata tudo até a mistura ficar na consistência de patê;

Agora é só servir essa delícia com pães e torradinhas. Bom apetite!