

SALADA DE CEVADINHA

FICHA TÉCNICA OPERACIONAL

Adriana Yonamine

Tipo: Receita

Validade

Categoria: Saladas

Congelado: -

Criação: 06/01/2022

Refrigerado: 3 dias

Última Atualização: 06/01/2022

Ambiente: 1 dias

 **Rendimento:** 900 Grama(s)

 **Tempo de preparo:** 50 minutos

Observações

A uva passa pode ser substituída por outras frutas secas, como cranberry ou figos

Composição

Modo de preparo

Nome	Medida	Total Líq.	Bruto	Etapas
cevada em grãos	-	250 g	250 g	1. Lavar bem a cevada e cozinhar em água até ficar al dente, por aproximadamente 30 minutos.
Sal	-	15 g	15 g	
suco de laranja integral Xandô	-	50 ml	50 ml	2. Enquanto isso, preparar o tempero, misturando o sal, o suco de laranja, o azeite e a salsa. Reservar.
Azeite de oliva	-	50 ml	50 ml	
Salsa	-	18 g	23 g	3. Lavar, descascar e ralar no ralo grosso a cenoura e o rabanete. Adicionar os legumes ao restante dos ingredientes e servir.
Uva passa	-	100 g	100 g	
Genoura	1(Inteira)	120 g	141 g	
Rabanete	4(Unidade)	140 g	156 g	

Porções

Nome	Esta receita faz
Gramas (g)	900 Grama (s)
Quilo (Kg)	0,9 Quilo (s)
porções (150.0g)	6 porções (s)

Nome do responsável: _____

Assinatura: _____