COUVE-FLOR AO MOLHO BRANCO

INGREDIENTES

1 couve-flor média

1 colher (sopa) de manteiga ou margarina

1 colher (sopa) de farinha de trigo

500 ml de leite quente

3 colheres (sopa) de parmesão ralado

1 caixa de creme de leite

sal a gosto

pimenta-do-reino a gosto

100 g de mussarela

MODO DE PREPARO

Corte a couve-flor em buquês, lave e reserve.

Em uma panela, coloque água com um pouco de sal e deixe ferver.

Adicione a couve-flor e deixe cozinhar por 2 minutos.

Depois, escorra e deixe esfriar.

Em outra panela, derreta a manteiga e adicione a farinha.

Mexa até formar um creme.

Aos poucos, junte o leite e mexa sem parar até engrossar.

Acrescente o parmesão ralado e o creme de leite, sempre misturando bem.

Desligue o fogo.

Unte levemente um refratário com azeite.

Em seguida, coloque a couve-flor.

Espalhe sobre ela o molho branco e cubra com a mussarela ralada.

Leve ao forno preaquecido a 200° C e asse até a mussarela derreter e dourar.

Sugestão: sirva assim que sair do forno, com arroz, alguma carne e folhas (ex.: alface ou agrião).

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13726-couve-flor-ao-molho-branco.html