

PURÊ DE COUVE-FLOR

INGREDIENTES

1 couve-flor
120 ml de creme de leite fresco
2 gemas
40 g de manteiga sem sal
80 g de queijo parmesão ralado
sal a gosto
1/4 de molho de salsa fresca picada
30 g de manteiga sem sal para untar

MODO DE PREPARO

Lave e higienize a couve-flor.

Cozinhe em água e sal.

Escorra a couve-flor e passe no processador de alimentos.

Junte as gemas, o queijo parmesão, o creme de leite, a manteiga, o sal e a couve-flor já processada; misture bem até obter um creme homogêneo.

Junte a salsa picada.

Coloque em um refratário untado com manteiga.

Leve ao forno a 180º C por 20 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/14109-pure-de-couve-flor.html>