

SUFLÊ DE INHAME

INGREDIENTES

1 xícara de inhame cozido e amassado com garfo ou processado

2 colheres (sopa) de aveia em flocos finos

1 colher (sopa) de azeite

3 ovos (sendo 2 para clara em neve)

Tomate picado a gosto

Pimentão picado a gosto

Cebola picada a gosto

Coentro picado a gosto

Orégano a gosto

Pimenta calabresa a gosto

Sal a gosto

Alho picado a gosto

100 g de queijo coalho ralado ou ricota

MODO DE PREPARO

Em um recipiente, misture os ingredientes com 1 ovo ligeiramente batido.

Em seguida, acrescente mais uma gema batida à essa massa.

Bata as 2 claras em neve e acrescente aos poucos à massa do inhame, misturando levemente.

Leve para assar em refratário untado com azeite até ficar levemente dourado por cima.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/15866-sufle-de-inhame.html>