

SUFLÊ DE QUEIJO TRADICIONAL FRANCÊS

INGREDIENTES

3 ovos

1 e 1/2 xícara de leite

1 colher de manteiga

1 colher de farinha de trigo

1 xícara de queijo gruyère ralado

1 pitada de sal

1 pitada de pimenta-do-reino

1 pitada de noz moscada

Suco de limão

MODO DE PREPARO

Separe as gemas das claras e reserve.

Leve o leite ao fogo até ficar morno pra quente.

Enquanto o leite aquece, ponha em uma panela uma colher de manteiga, espere derreter, acrescente a farinha e mexa bem até dissolver a farinha.

Acrescente o leite morno aos poucos na mistura de manteiga e farinha e bata bem para não empelotar.

Ponha as pitadas de sal, pimenta e noz moscada.

Acrescente o queijo e mexa para derreter.

Bata as claras até chegarem ao ponto de neve, batendo em velocidade baixa primeiro por 3 minutos e depois aumentando pra máxima (acrescente gotas de limão e sal para dar estabilidade).

Ponha as gemas na mistura com o queijo, uma a uma, mexendo muito bem.

Acrescente uma parte das claras em neve nessa mistura de queijo e mexa devagar até incorporar, depois acrescente o restante.

Ponha em 7 fôrmas individuais tipo ramequim grandes untadas com manteiga e farinha ou em uma forma grande e leve ao forno preaquecido em temperatura máxima e depois abaixe pra média.

Quando tiver dourado e crescido, espere mais alguns minutos e está pronto e sirva o quanto antes para aproveitá-los enquanto estão crescidos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16446-sufle-de-queijo-tradicional-frances.html>