

SUFLÊ DE ESPINAFRE RÁPIDO

INGREDIENTES

2 maços de espinafre
6 ovos
8 colheres de farinha de trigo
2 copos (americano) de leite
2 pacotinhos de queijo ralado (50 g cada)
pimenta do reino
sal se achar necessário
noz-moscada

MODO DE PREPARO

Pique o espinafre e refogue com alho e cebola.

Bata todos os ingredientes no liquidificador até obter uma massa homogênea, menos o espinafre.

Unte um refratário com margarina e farinha de trigo.

Coloque o espinafre no refratário e em seguida a massa por cima, misturando os dois.

Coloque ao forno por 40 minutos.

Antes de retirar, salpique queijo ralado por cima se desejar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/16483-sufle-de-espinafre-rapido.html>