

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://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/16483-sufle-de-espinafre-rapido.html>