

SOUFLÉ DE LEGUMES

INGREDIENTES

2 colheres (sopa) de farinha de trigo

300 ml de leite

2 colheres (sopa) de manteiga ou margarina

1 pitada de sal

50 g de queijo ralado

4 ovos

legumes cozidos, chuchu, abobrinha e cenoura cortados em cubos

MODO DE PREPARO

Derreta a manteiga sem deixar esquentar muito.

Junte a farinha, depois o sal e o leite, mexa sempre até engrossar.

Retire do fogo e deixe esfriar.

Misture as gemas bem batidas, o queijo e os legumes e por fim as claras em neve.

Leve imediatamente ao forno em um pirex untado com manteiga.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/18901-soufle-de-legumes.html>