

# SUFLÊ-PUDIM DE BACALHAU

## INGREDIENTES

1/2 kg de bacalhau dessalgado  
1/4 xícara (chá) de azeite  
1 cebola picada  
2 dentes de alho picados  
1/2 maço de cheiro-verde picados  
2 e 1/2 xícaras (chá) de leite  
3 colheres (sopa) de farinha de trigo sem fermento  
3 colheres (sopa) de margarina ou manteiga  
1 vidro de 100 ml de leite de coco  
6 gemas  
6 claras em neve  
1 xícara (chá) de passas sem caroço (opcional)  
pimenta-do-reino a gosto  
queijo ralado a gosto

## MODO DE PREPARO

Corte o bacalhau já dessalgado em pedaços pequenos e reserve.

Aqueça o azeite e refogue a cebola e o alho.

Junte o cheiro-verde e tempere com a pimenta-do-reino. reserve.

Em uma panela, coloque o leite, a farinha de trigo, a margarina, o leite de coco e as gemas.

Mexa bem e depois leve ao fogo baixo mexendo bem para não empelotar até virar um mingau.

Retire do fogo, junte as passas e o bacalhau.

Bata as claras em neve e incorpore ao creme de bacalhau, já frio, aos poucos com delicadeza.

Despeje em um refratário untado e polvilhe o queijo ralado.

Leve ao forno médio preaquecido por 30 minutos aproximadamente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/19743-sufle-pudim-de-bacalhau.html>