

SUFLÊ DE CENOURA E CHUCHU

INGREDIENTES

2 cenouras

2 chuchus

2 colheres (sopa) de farinha de trigo

1/2 xícara de leite quente

3 ovos

1 cebola

sal, pimenta e salsa e cebolinha a gosto

1 pacote de queijo ralado

MODO DE PREPARO

Separe as gemas das claras e faça as claras em neve, reserve

Corte os legumes em cubos pequenos, cozinhe-os com pouco sal ou knorr.

Doure a cebola na manteiga, sem dourar demais.

Acrescente a farinha aos poucos, sempre mexendo.

Junte sal e pimenta a gosto.

Junte o leite quente, mexendo sempre.

Acrescente as gemas.

Agora os legumes, mexa até encorpar tudo.

Aos poucos, coloque as claras em neve.

Mexa e coloque um pouco de salsa e cebolinha, corrija o sal se necessário.

Distribua em uma forma untada.

Cubra com o queijo ralado e salpique mais salsa e cebolinha para decorar.

Leve ao forno preaquecido por mais ou menos 30 minutos, depende do forno, a 200° C.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23151-suflê-de-cenoura-e-chuchu.html>