

# COUVE-FLOR GRATINADA MAIS SIMPLES DO MUNDO

## INGREDIENTES

1 couve-flor média

2 ovos

1 caixa de creme de leite

100 g queijo parmesão ralado

temperos a gosto

## MODO DE PREPARO

Cozinhe a couve-flor despedaçada em água e sal até ficar bem molinha.

Escorra bastante e coloque-a direto no refratário onde irá ao forno.

Misture a ela a manteiga e reserve.

Bata as duas claras em neve bem firme.

Misture as gemas com uma colher de pau ou espátula, em seguida, o creme de leite e o queijo parmesão.

Reserve um pouco do queijo para cobrir.

Misture tudo devagar com a espátula ou colher de pau até envolver bem toda a couve-flor.

Cubra bem com o queijo ralado.

Leve ao forno pre aquecido por 10 a 15 minutos, a 200° C até dourar.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidass.com.br/receita/23362-couve-flor-gratinada-mais-simples-do-mundo.html>