

SOUFLÉ DE BACALHAU

INGREDIENTES

1 kg de bacalhau desfiado
8 batatas médias
2 cebolas
2 dentes de alho
pimenta-do-reino moída a gosto
2 tomates sem pele e caroço
salsa e cebolinha a gosto
3 ovos
1 caixa de creme de leite sem soro

MODO DE PREPARO

Ferva o bacalhau dessalgado, desfie e reserve.

Numa panela com 4 colheres (sopa) de azeite, refogue o alho e a cebola, por último o tomate sem casca e sem pele, a salsa e a cebolinha.

Coloque o bacalhau pra refogar e salpique pimenta-do-reino.

Amasse a batata que está cozida e coloque 1 caixa de creme de leite sem soro e 3 gemas, misture bem.

Bata as 3 claras em neve e reserve.

Misture o bacalhau com o purê e coloque num refratário de vidro, untado com azeite e por cima a clara em neve.

Salpique parmesão e leve ao forno a 180° C, por 20 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/23673-soufle-de-bacalhau.html>