

# SOUFLÉ DE PALMITO

## INGREDIENTES

3 ovos separados em clara e gema  
1 1/2 xícara de leite  
1 vidro de palmito picado  
1 cebola pequena  
3 colheres (sopa) de manteiga  
50 g de queijo ralado  
1/2 tomate picado  
2 colheres (sopa) de azeitona  
3 colheres (sopa) de farinha de trigo  
sal a gosto

## MODO DE PREPARO

Bata as claras em neve e reservar.

Em uma panela, frite as cebolas na manteiga e adicionar a farinha de trigo.

Acrescente o leite e as gemas e mexa até engrossar.

Adicione os demais ingredientes e mexa por mais alguns minutos.

Apague o fogo e acrescente as claras em neve

Coloque a massa em um refratário e leve ao forno a 180º C por 30 minutos ou ao furar com um garfo, este saia limpo.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/26301-soufle-de-palmito.html>