

COUVE-FLOR INTEIRA GRATINADA

INGREDIENTES

1 couve-flor inteira (sem as folhas)

1 lata de creme leite

700 ml de leite

1 cebola média inteira

3 dentes de alho

1 colher de sopa de margarina

1 colher de sopa de amido de milho

150 g de bacon cortados em cubos

200 g de queijo mussarela

100 g de peito de peru

sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

MOLHO:

Molho: Para o molho branco, pique a cebola e o alho em pequenos pedaços.

Refogue-os na margarina com sal e tempero a gosto (utilizo pimenta-calabresa).

Reserve 1/2 copo de leite com o amido de milho e misture bem.

O restante do leite junta ao refogado.

Quando estiver para levantar fervura, adicione o leite com amido e mexa, até adquirir cremosidade de molho.

Desligue o fogo, adicione o creme de leite e misture.

MONTAGEM:

Montagem: Em um recipiente fundo, coloque a couve-flor.

Faça pequeno rolos com fatias de mussarela e de peito de peru.

Recheie a couve-flor, colocando as fatias de frios entre os talos.

Adicione o molho por toda parte, para que fique totalmente coberto.

Cubra o molho com queijo mussarela e o bacon.

Leve ao forno para gratinar.

Sirva com arroz branco.

Pode ser levado ao forno micro-ondas por 5 minutos, porém cubra o recipiente com papel filme.

Recheie a couve-flor com presunto e queijo, camarão, lombinho defumado, peito de frango ou linguiça calabresa.

Fica muito delicioso.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/27596-couve-flor-inteira-gratinada.html>