

SOUFLÉ DE CENOURA DA TAMY (MICRO-ONDAS)

INGREDIENTES

3 cenouras grandes

1 caixinha de creme de leite

2 ovos

50 g de queijo ralado

1/2 tablete de caldo knorr de galinha

2 dentes de alho

margarina para untar

MODO DE PREPARO

Cozinhe a cenoura, cortada em pedaços pequenos.

No liquidificador adicione todos os ingredientes, inclusive a cenoura já cozida, reservando metade do queijo ralado.

Bata até obter uma mistura homogênea.

Unte uma forma de vidro pequena com a margarina que for necessária.

Despeje a mistura que foi batida no liquidificador.

Polvilhe o restante do queijo ralado por cima.

Leve ao micro-ondas por 5 minutos, na potência alta ou até estar com aparência de gratinado (queijo ralado derretido).

Lembrando que o tempo de preparo no micro-ondas varia conforme a potência de cada forno.

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/28324-soufle-de-cenoura-da-tamy-micro-ondas.html>