

# SOUFLÉ DE CAMARÃO

## INGREDIENTES

3 colheres de sopa de azeite

1 cebola média picada

1 dente de alho picado

400 g de camarões limpos (sem casca e sem cabeça)

1 colher de chá de sal

500 ml de leite

3 ovos (gema e clara separadas)

2 tomates sem sementes picados

2 colheres de sopa de amido de milho

8 colheres de sopa de parmesão ralado

margarina para untar

farinha de rosca para polvilhar

salsinha picada a gosto

## MODO DE PREPARO

Em uma panela, aqueça o azeite, refogue a cebola e o alho.

Junte os camarões e o sal e deixe em fogo brando.

Mexa por 5 minutos ou até que os camarões mudem de cor.

Depois reserve.

Bata no liquidificador o leite, as gemas, os tomates, o amido de milho, o queijo ralado e a salsinha.

Leve o creme para cozinhar, em fogo brando e mexa sempre até engrossar.

Junte os camarões e deixe esfriar.

Bata as claras em neve e junte delicadamente ao creme com os camarões. O creme deve estar frio.

Unte um refratário com margarina, polvilhe a farinha de rosca, coloque o souflé e leve ao forno preaquecido, por 15 minutos ou até dourar.

Sirva ainda quente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/29079-soufle-de-camarao.html>