

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 suflê 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>