

SOUFLÉ DE FRANGO COM XUXU E CENOURA

INGREDIENTES

500 g de peito de frango triturado

2 chuchus

1 cenoura grande ralada

4 ovos

3 colheres de aveia

2 sachês de tempero (sabor à seu gosto)

1 cubo de caldo de galinha

2 colheres de margarina

50 g de queijo ralado

cebola, alho e condimentos a gosto

1 colher de óleo de canola

Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Frite a cebola e o alho para refogar o frango e cenoura.

Tempere com o cubo de galinha e outros condimentos a seu gosto e reserve.

Cozinhe o chuchu picado no vapor até ficar ao dente.

Bata no liquidificador o chuchu, as gemas, 1 sachê de tempero, a aveia, 25 g de queijo ralado e 2 colheres de margarina.

Bata as claras em neve.

Unte a forma com margarina e misture tudo lentamente.

Polvilhe a superfície com o restante do queijo ralado.

Leve ao forno a 200°C por 30 minutos.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaseisrapidas.com.br/receita/31504-soufle-de-frango-com-xuxu-e-cenoura.html>