SUFLÊ DE CHUCHU SUPERFÁCIL

INGREDIENTES

3 chuchu

3 ovos

1 colher (sopa) de margarina

3 colheres (sopa) de queijo parmesão

3 colheres (sopa) de farinha de trigo

3 colheres (sopa) de queijo muçarela

1 colher (café) de sal

1 colher (sopa) de fermento em pó

MODO DE PREPARO

Descasque e corte os chuchus em pedaços

Após cozido, escorra a água e coloque em uma bacia e amasse grosseiramente com um garfo

Separe as gemas das claras, bata as claras em neve em ponto bem firme

Na bacia com chuchu adicione as 3 gemas, margarina, queijo parmesão e farinha de trigo, mexa bem com uma espátula

Adicione 1 colher de fermento em pó e as claras em neve à massa, mexa devagar somete para misturar

Unte uma assadeira média com margarina e polvilhe com trigo, despeje na assadeira e coloque o queijo muçarela por cima

Leve ao forno a 230º C para assar por aproximadamente 15 a 20 minutos

Um prato super leve e saboroso, fica uma delícia como acompanhamento de arroz branco e bife grelhado de frango

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/3320-sufle-de-chuchu-superfacil.html