

SOUFLÉ DE ESPINAFRE DE LIQUIDIFICADOR

INGREDIENTES

1 maço de espinafre cozido e picado
1 e 1/2 xícara de farinha de trigo
1 copo de leite
2 ovos inteiros
1/2 xícara de óleo
1 colher (sobremesa) de pó royal
1 colher (sopa) de manteiga ou margarina
queijo
sal
pimenta

MODO DE PREPARO

Cozinhe o espinafre em água e sal.
Escorra e pique bem.
Misture todos os ingredientes no liquidificador.
Leve ao forno em forma untada.
Salpique queijo ralado por cima.
Sirva com arroz branco ou arroz primavera.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33998-soufle-de-espinafre-de-liquidificador.html>