

BOLO SOUFLÉ DE MILHO

INGREDIENTES

MASSA:

Massa:3 ovos

1 xícara (chá) de farinha de trigo

1 lata de milho verde escorrida

4 colheres (sopa) de parmesão ralado

3/4 xícara (chá) de leite

1/2 xícara (chá) de óleo

1 colher (sopa) de fermento em pó

RECHEIO:

Recheio:500 g de frango desfiado

3 tomates médios sem pele e sem semente picados

1 cebola grande picada

Orégano a gosto

Sal e pimenta-do-reino a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma panela refogue a cebola com um fio de azeite.

Junte o tomate e refogue mais um pouco.

Acrescente o frango desfiado, o orégano, a pimenta-do-reino e o sal.

Misture, desligue o fogo e reserve.

Separar as claras das gemas e em uma batedeira bata as claras até o ponto de neve.

No liquidificador junte as gemas, o milho, a farinha, o parmesão, o leite e o óleo e bata por 2 minutos.

Junta a mistura do liquidificador com as claras em neve e misture delicadamente.

Coloque o fermento em pó e misture mais um pouco.

Em uma forma de sua preferência coloque metade da massa, o recheio e a outra metade da massa.

Leve ao forno preaquecido a 220°C até dourar.

Espere esfriar e sirva o bolo logo em seguida.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/34009-bolo-soufle-de-milho.html>