

MASSA BÁSICA PARA SOUFLÉS

INGREDIENTES

1/2 copo de leite

1 colher rasa de margarina

2 e 1/2 colher sopa de farinha de trigo

1 colher de sobremesa de fermento em pó

2 ovos (claras e gemas separados)

1/2 caldo de legumes

2 xícaras de recheio

margarina para untar

farinha de rosca para polvilhar

MODO DE PREPARO

SUGESTÃO DE RECHEIO:

Sugestão de recheio: Coloque o repolho raladinho, espinafre picadinho, cenoura ralada, abobrinha ralada, chuchu raladinho, couve-flor ou mesmo o restante de uma salada do almoço, ou qualquer outro legume, tem que ser cru e raladinho.

Colocar o fermento em pó e as claras em neve e misturar com um fuê.

Untar um refratário com margarina e polvilhar farinha de rosca.

Colocar o souflé e levar para assar em forno médio.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/38154-massa-basica-para-soufles.html>