

SOUFLÉ DE LEGUMES CREMOSO

INGREDIENTES

1 cebola grande
2 colheres de sopa cheia de manteiga
4 colheres de sopa cheia de farinha de trigo
300 ml de leite
100 g de queijo ralado
1 colher de sopa rasa de fermento
5 ovos
farinha de rosca para povilhar
legumes a gosto cortados em pequenos cubos/quadrados e cozidos (usei 1 chuchu, 2 batatas grandes e 1 cenoura)

MODO DE PREPARO

Em uma panela derreta a manteiga e em seguida doure a cebola.
Desligue o fogo e acrescente a farinha (até obter a consistência de uma pasta).
Acrescente o leite aos poucos e em seguida o queijo ralado e as gemas, continue mexendo até obter a consistência de um mingau.
Acrescente as claras em neve e o fermento delicadamente.
Misture à esse "mingau" os legumes.
Despeje em um pirex de vidro, untado com manteiga e farinha de trigo.
Povilhe com a farinha de rosca e queijo ralado.
Leve ao forno alto por 30 minutos, ou até dourar.
Espere esfriar e é só servir.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/38421-soufle-de-legumes-cremoso.html>