

CREME DE COUVE-FLOR À MINHA MODA

INGREDIENTES

1 couve-flor média

1/2 litro de leite

3 colheres de sopa de maizena

1 cebola média bem picada

1 litro de caldo de frango

4 colheres de sopa de azeite de oliva

1 dente de alho picado

1 caixinha de creme de leite

1 pitada de noz moscada

1 pitada de açúcar

Salsa para decorar

Sal e pimenta-do-reino branca a gosto

MODO DE PREPARO

Lavar muito bem a couve-flor.

Cozinhe no caldo de frango e reserve.

Separe umas flores .

Numa panela coloque o azeite, a cebola e o alho bem picadinhos para refogar.

Bata no liquidificador a couve- flor cozida.

Leve à panela com o alho e a cebola refogados.

Quando começar a ferver, abaixe o fogo.

Misture a maizena ao leite

Acrescente à panela, mexendo sempre.

Quando começar a engrossar coloque a noz moscada, o açúcar, o sal e a pimenta-do-reino branca .

Misture bem e junte as flores reservadas.

Por último junte o creme de leite, misture e desligue o fogo.

Decore com salsa.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaveisrapidas.com.br/receita/40840-creme-de-couve-flor-a-minha-modade.html>