

# COUVE-FLOR GRATINADA AO CREME DE CAMARÃO E MOLHO

## INGREDIENTES

### CREME DE CAMARÃO:

Crema de camarão: 250 gr de camarão cinza limpos

2 dentes de alho picados

1 cebola picada finamente

1 tomate picado

1 pimentão vermelho picado

1 colher (sopa) de extrato de tomates

1 caixinha de crema de leite

1 xícara (chá) de leite

1 colher (sopa) de amido de milho

2 colheres (sopa) de azeite de oliva

1/2 xícara (chá) de cheiro-verde picado

quanto baste de sal

### MOLHO BRANCO:

Molho branco: 1 1/2 copo de leite

2 colheres (sopa) de farinha de trigo

1 cebola ralada

1 colher (café) de noz-moscada

quanto baste de pimenta-do-reino branca

2 colheres (sopa) de parmesão ralado

quanto baste de sal

1 caixinha de crema de leite

1 colher (sopa) de manteiga.

## MODO DE PREPARO

### CREME DE CAMARÃO:

Crema de camarão: Em uma panela, coloque o azeite de oliva, leve ao fogo, frite a cebola até murchar, junte o alho, o cheiro-verde, o tomate, o pimentão, o sal, o camarão e extrato de tomate.

Deixe tomar gosto.

Em seguida, acrescente o amido de milho dissolvido no leite, mexendo e deixando cozinhar um pouco.

Desligue o fogo, e acrescente o creme de leite.

Reserve.

#### MOLHO BRANCO:

Molho branco:Em uma panela, coloque a manteiga, frite a cebola, acrescente a farinha de trigo e, mexendo, junte o leite, a noz-moscada, o queijo parmesão, o sal, a pimenta-do-reino, até engrossar um pouco.

Se ficar muito grosso acrescente mais leite.

Desligue o fogo e acrescente o creme de leite.

#### MONTAGEM:

Montagem:Em um refratário coloque uma camada do molho branco, uma parte da couve-flor, cubra com o creme de camarão, coloque outra camada da couve-flor, molho branco, queijo mussarela, parmesão, terminando com molho branco polvilhado com parmesão ralado grosso.

A seguir, leve ao forno para gratinar com pedaços de manteiga.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/42210-couve-flor-gratinada-ao-creme-de-camarao-e-molho.html>