

# SUFLÊ LOW CARB POR LEILA CARVALHO

## INGREDIENTES

- 3 ovos inteiros
- 1/2 caixa de creme de leite
- 1 colher (sopa) de cream cheese
- 2 fatias de presunto picadas
- 2 colheres (sopa) de cenoura picada(cozida) ou ralada
- 3 colheres (sopa) de batata doce cozida (picada)
- 1 pitada de sal vermelho e ervas finas (à gosto)
- 1 colher (chá) de salsa picada

## MODO DE PREPARO

Misture os ovos ligeiramente e acrescente o creme de leite e cream cheese

Misture sem bater e crescente o presunto, a cenoura, a batata doce, a salsa e o sal

Unte as forminhas separadas com manteiga ou uma assadeira pequena e acrescente a mistura

Asse em forno médio por 35 minutos

Sugestão

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/4269-sufle-low-carb-por-leila-carvalho.html>