SOUFLÉ DE LEGUMES DOS DEUSES

INGREDIENTES

2 batatas inglesas médias

1 cenoura média

1 chuchu

2 mandioquinhas

1 cebola pequena picadinha

4 dentes de alho amassados/picados

1 caldo de galinha

2 ovos

pimenta-do-reino a gosto

sal a gosto (lembre-se que o caldo já tem sal)

50 g de queijo parmesão

Queijo parmesão ralado para gratinar

1 colher de sopa de salsinha desidratada

3 colheres de sopa de farinha de trigo

2 colheres de sopa margarina

MODO DE PREPARO

Cozinhe os legumes e amasse ainda quentes.

Misture aos legumes amassados todos os temperos, o queijo parmesão e as gemas previamente batidas.

Acrescente a farinha de trigo peneirando para que não empelote.

Bata a clara e misture a massa ao final.

Unte uma assadeira com margarina e despeje a massa.

Polvilhe com o queijo parmesão.

Leve ao forno médio por cerca de 30 minutos, observe até dourar o parmesão.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/49395-soufle-de-legumes-dos-deuses.html