

SOUFLÉ DE CENOURA DA MAMÃE

INGREDIENTES

1 colher sopa de margarina

1 cebola pequena picada

4 cenouras médias raladas

1 colher sopa de maizena

1 xícara de chá de leite

3 ovos claras separada da gema

Sal e pimenta-do-reino

Margarina e farinha de trigo para untar o refratário

Salsinha para polvilhar

1 gota de corante alimentício cor de abóbora

MODO DE PREPARO

Em uma panela refogue com margarina a cebola e a cenoura dissolva a maisena no leite, junte as gemas, sal e pimenta, misture bem e junte ao refogado, mexendo sem parar.

Deixe cozinhar até engrossar, tire do fogo e deixe ficar morno e coloque as claras batidas em neve, misture tudo.

Com uma colher delicadamente coloque em um refratário pequeno e alto próprio para souflé untado e enfarinhado.

Leve ao forno medio ja preaquecido por mais ou menos 25 minutos ou até ficar dourado.

Retire do forno e salpique as salsinhas por cima e sirva.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/50488-soufle-de-cenoura-da-mamae.html>