

SOUFLÉ DE LEGUMES DA ÉRICA

INGREDIENTES

- 1 xícara de cenoura cortada em cubinhos cozida
- 1 xícara de chuchu cortado em cubinhos cozido
- 1 xícara de vagem cortada e cozida
- 1 pacotinho de queijo parmesão ralado
- 3 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 2 colheres (sopa) de margarina
- 1 colher (sopa) de fermento para bolo
- 1 copo (tipo requeijão) de leite

MODO DE PREPARO

Bater no liquidificador todos os ingredientes da massa, menos os legumes.

Coloque a mistura em uma forma refratária untada, depois coloque os legumes por cima, eles vão afundar.

Leve ao forno médio já preaquecido por 20 minutos ou até dourar e ficar consistente.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/51530-soufle-de-legumes-da-erica.html>