SUFLÊ DE CHUCHU À MINHA MODA

INGREDIENTES

4 chuchus médios

1/2 xícara (chá) de leite

2 ovos (claras e gemas separadas)

4 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado

1 colher (sopa) de manteiga

3 colheres (sopa) de farinha de trigo

1 cebola média bem picada

1 colher (chá) de fermento em pó

1/2 xícara (chá) de salsinha bem picada

sal e pimenta a gosto

MODO DE PREPARO

Descasque o chuchu e retire a parte central branca

Em uma panela funda, coloque os chuchus cortados ao meio e salgue a gosto

Cubra com água e leve ao fogo médio para cozinhar até que fiquem macios

Depois de cozidos, escorra bem a água e passe os chuchus por um espremedor de batata

Coloque a manteiga e a cebola picada em uma panela e leve ao fogo médio para refogar até dourar

Adicione a farinha de trigo ao preparo e mexa bem até que se misture à cebola refogada

Acrescente o leite aos poucos e mexa constantemente até engrossar

Retire a panela do fogo e acrescente as gemas, uma a uma, mexendo sempre até incorporá

Acrescente o queijo ralado, a salsinha picada, o fermento em pó e o chuchu amassado

Tempere com sal e pimenta a gosto, reserve

Bata as claras em ponto de neve e misture

Coloque a mistura em uma forma para suflê redonda e alta, previamente untada com manteiga e polvilhada com queijo ralado

Leve a forma ao forno preaquecido a temperatura alta (200

Retire do forno e sirva em seguida

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/8876-sufle-de-chuchu-a-minha-moda.html