

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 incorporar
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://areceitadavez.com.br/receita/8876-sufle-de-chuchu-a-minha-moda.html>