Suflê de Chucu

www.receitasdafia.com/receitas/sufle-de-chucu

Experimente essa incrível receita de Suflê de Chuchu em apenas 60 minutos!

Suflê de Chucu Image not found or type unknown

60 min 8 porções

Ingredientes

- 1 colher de sopa de manteiga
- 1 cebola picada
- 3 dentes de alho amassados
- Pimenta-de-cheiro a gosto
- 1 tomate picado
- 3 chuchus ralados
- Sal
- Pimenta-do-reino a gosto
- Cheiro verde a gosto
- 2 ovos (separe as gemas e claras)
- 2 colheres de sopa de farinha de rosca
- 2 colheres de sopa de farinha de trigo
- 1 caixa de creme de leite
- 50 g de parmesão ralado
- 200 g de mussarela ralada
- Orégano a gosto

Modo de Preparo

1. Comece reunindo todos os ingredientes necessários para esta deliciosa receita de Suflê de Chuchu Cremoso.
2. Em uma panela, derreta a manteiga e refogue a cebola até que fique dourada.
3. Adicione o alho, a pimenta-de-cheiro e o tomate picado. Refogue até que a água liberada do tomate comece a secar.
4. Acrescente os chuchus ralados, o sal e a pimenta-do-reino. Misture bem e deixe os vegetais murcharem.
5. Transfira a mistura da panela para uma tigela e adicione o cheiro verde e as gemas dos ovos. Mexa bem.
6. Adicione a farinha de rosca, a farinha de trigo, o creme de leite e o queijo parmesão ralado. Misture até obter uma massa homogênea.
7. Em outro recipiente, bata as claras dos ovos em neve até atingirem ponto de picos firmes. Adicione as claras em neve à massa do suflê e misture delicadamente.
8. Transfira o suflê para um refratário que possa ir ao forno e cubra com a mussarela ralada e o orégano a gosto.
9. Asse o suflê em forno pré-aquecido a 180º graus por aproximadamente 40 minutos ou até que esteja bem dourado e crescido.
10. Retire do forno, deixe esfriar um pouco e sirva essa delícia de Chuchu Cremoso. Bom apetite!

Veja também:

Deliciosa receita de Suflê de espinafre com bacon!