



Suflê de Legumes



INGREDIENTES

- ✓ 2 colheres de sopa de farinha de trigo
- ✓ 300 ml de leite
- ✓ 2 colheres de sopa de manteiga ou margarina
- ✓ 1 pitada de sal
- ✓ 50 g de queijo ralado
- ✓ 4 ovos
- ✓ Legumes cozido e cortados em cubos

MODO DE PREPARO

Derreta a manteiga, sem deixar esquentar muito.

Junte a farinha, depois o sal e o leite, mexa sempre até engrossar.

Retire do fogo e deixe esfriar.

Misture as gemas bem batidas, o queijo, e os legumes.

Por fim as claras em neve.

Leve imediatamente ao forno em um pirex untado com manteiga.