

---

## Suflê de Cenoura

### Ingredientes:

- ❖ Manteiga ou margarina para untar
- ❖ 750 g de cenouras
- ❖ 1 xícara de migalhas de pão amanhecido
- ❖ 1 xícara de leite
- ❖ 3 colheres (sopa) de manteiga ou margarina derretida
- ❖ 3 gemas
- ❖ Sal a gosto
- ❖ 4 claras
- ❖ 1/2 xícara de manteiga ou margarina para regar

### Modo de Fazer:

- 1) Preaqueça o forno médio (180°C).
- 2) Unte com manteiga ou margarina uma forma refratária com capacidade para 2 litros.
- 3) Lave as cenouras, raspe-as e corte-as em pedaços. Em uma panela, cubra-as com água fervente levemente salgada e cozinhe por cerca de 20 minutos.
- 4) Escorra e passe pelo liquidificador. Reserve.
- 5) Em uma tigela, junte as migalhas, o leite e a manteiga ou margarina. Misture bem.
- 6) Em outro recipiente, bata as gemas e adicione à massa de leite com pão. Tempere com sal e junte a cenoura.
- 7) Bata as claras em neve bem firme e acrescente à mistura de cenoura. Despeje na forma já preparada.
- 8) Asse em banho-maria por cerca de 40 minutos, até o suflê crescer e dourar.
- 9) Retire do fogo e regue com a manteiga ou margarina derretida. Sirva em seguida.

Rendimento: 6 porções

Fonte: O Grande Livro de Receitas de Cláudia