

PUDINS DE COUVE FLOR COM QUEIJO ROQUEFORT



CONFEÇÃO

1. Retire as folhas grossas verdes da couve flor. Passe-a por água com vinagre e escorra. Separe a couve flor em pedaços grandes e coloque-os na cuba de vapor.
2. Deite 0.7 L de água quente na taça do robot sem acessório, feche a tampa e posicione a panela de vapor com a couve flor. Inicie a cozedura da couve flor no programa vapor P2 durante 35 min.
3. Quando a couve flor estiver cozida, retire a água da taça e do coletor de sucos. Coloque a lâmina picadora na taça do robot, junte 400 g de couve flor cozida e 10 cl de natas. Misture tudo na velocidade 12 durante 1 min 30 s. Junte 4 ovos, tempere com sal e pimenta. Raspe as paredes da taça com uma espátula e misture novamente durante 1 min 30 s na velocidade 12.
4. Entretanto, unte 6 tacinhas, verta a preparação nas 6 tacinhas, junte o queijo roquefort cortado em pequenos pedaços. Tape cada tacinha com película alimentar resistente ao calor e coloque-as no tabuleiro de vapor superior.
5. Deite 0.7 L de água quente na taça sem acessório. Feche a tampa e coloque a panela de vapor. Coza os pudins no programa vapor P2 durante 20 min. No final da cozedura, retire a tampa e aguarde 10 min antes de retirar a película e desenforme os pudins.

INGREDIENTES

- 6 TACINHAS RESISTENTES AO CALOR DE 8.5 CM DE DIÂMETRO
- 1 COUVE FLOR
- 4 OVOS
- 60 G QUEIJO ROQUEFORT
- 10 CL NATAS
- 1 NOZ DE MANTEIGA
- SAL
- MANTEIGA