

SOUFFLÉ DE PESCADA E CAMARÃO



CONFEÇÃO

1. Temperar os medalhões com sumo de limão. Na taça da CC com lamina de corte, picar as cebolas, a salsa e os alhos em quartos e programar vel 10 15 seg. Trocar para acessório misturador, adicionar o azeite a farinha e o leite e programar slowcook p1 5 minutos
2. Adicionar os medalhões em lascas, o miolo de camarão e as gemas, temperar com sal, pimenta e noz moscada e programar slowcook p2 20 minutos 100 Graus. Reservar, deixar a taça arrefecer. Ligar forno 170º.
3. Na taça lavada com acessório batedor, deitar as claras e programar 5 min na vel 7. Retirar da taça e misturar no preparado anterior.
4. Passar a mistura para um pirex alto untado com margarina e levar ao forno cerca de 30 min ou tão dourar por cima.

INGREDIENTES

- 400 GR MEDALHÕES PESCADA
- 200 GR MIOLO DE CAMARÃO
- 1 CEBOLA
- 2 DENTES ALHO
- 5 OVOS
- 300 MLL LEITE
- 35G FARINHA
- AZEITE
- MARGARINA PARA UNTAR
- SUMO DE 1 LIMÃO
- Salsa PICADA
- SAL, PIMENTA E NOZ MOSCADA QB