Acompanhamentos

COUVE FLOR COM MOLHO BECHAMEL

Receita Oficial
Fácil
10 Min.
4 Doses

INGREDIENTES

- 600 G DE COUVE FLOR, LAVADA E CORTADA AO MEIO
- 4 OVOS
- 50 G DE FARINHA
- 50 G DE MANTEIGA
- 650 ML DE LEITE
- NOZ MOSCADA
- SAL

CONFEÇÃO

1. Prepare os ingredientes.
2. Lave e corte a couve flor ao meio.
3. Deite a manteiga na cuba.
4. Faça derreter a manteiga. Adicione a farinha e misture. Adicione o leite frio para engrossar. Tempere.
5. Retire o misturado da cuba. Deite 200 ml de água na cuba, de seguida coloque a couve flor no cesto de cozedura a vapor. Tempere comsal. Coloque os ovos por cima.
6. Tempo de cozedura: 8 min.
7. Numa travessa coloque a couve flor, os ovos descascados, molho bechamel e queijo. Deixe tostar e sirva.