



# Suflê de Queijo

**Tempo de Preparo:**

🕒 00:40

**Rende:**

🍽️ 8 Porções

## Ingredientes

Para untar e enfarinhar:

- 2 colheres (sopa) de Manteiga Sem Sal Tirolez
- ½ xícara (chá) de farinha de rosca

Molho branco:

- 4 colheres (sopa) de Manteiga Sem Sal Tirolez
- 4 colheres (sopa) de farinha de trigo
- 500 ml de leite
- 1 cebola pequena
- 1 folha de louro
- 1 cravo-da-índia
- 1 pitada de noz-moscada ralada
- 1 pitada de pimenta-do-reino recém-moída

Suflê:

- 5 ovos (claras e gemas separadas)
- 1 xícara (chá) de Queijo Parmesão Tirolez ralado (150 g)
- 1 xícara (chá) de Queijo Estepe Tirolez ralado (150 g)

## Modo de Preparo

Coloque as metades de cebola no molho e deixe cozinhar, ainda em fogo baixo, mexendo sempre até que comece a engrossar (cerca de 15 minutos).

Tempere com a noz-moscada e a pimenta-do-reino e retire as metades de cebola.

Para preparar o suflê: passe o molho para uma tigela grande e adicione as gemas uma a uma, misturando bem a cada adição. Junte os queijos Parmesão Tirolez e Estepe Tirolez e misture bem.

Deixe esfriar. Enquanto isso, bata as claras em ponto de neve. Quando a mistura com os queijos estiver fria, acrescente 1/3 das claras, misturando delicadamente e fazendo movimentos de baixo para cima.

Misture a segunda parte e finalize acrescentando a última parte das claras. Dessa forma, você mantém a aeração da massa do suflê.

Distribua a massa do suflê nos ramequins, preenchendo até um pouco mais da metade da altura (deixe 1 dedo de margem) para que o suflê possa crescer no forno.

Coloque os ramequins sobre uma assadeira de alumínio e leve ao forno previamente aquecido.

Deixe assar por cerca de 15 minutos ou até que os suflês fiquem bem altos e dourados. Retire do forno e sirva imediatamente.