

SOUFFLEE DE MERLUZA



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Noelia Montoya **Recetizador:** ana pazos ménd



Descripción:

ME ENCANTA

Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Muy económico

Ingredientes para 4 personas :

- 200 GR. de MERLUZA LIMPIA DE PIEL Y ESPINAS
- 100 ML. de LECHE EVAPORADA IDEAL
- 1 CUCHARADA COLMADA de HARINA
- 1 CUCHARADITA de LEVADURA EN POLVO
- 4 HUEVOS
- 80 GR. de MANTEQUILLA
- SAL Y PIMIENTA

Preparación:

Paso 1

PRECALENTAR EL HORNO A 170°. BATIR CON LA BATIDORA LA LECHE EVAPORADA, LA MANTEQUILLA Y LA HARINA. VERTER EN UN CAZO Y COCER 5 MINUTOS. RETIRAR DEL FUEGO Y DEJAR ENFRIAR. SEPARAR LAS YEMAS DE LAS CLARAS Y MONTAR LAS CLARAS A PUNTO DE NIEVE FINE. TRITURAR LA MERLUZA CON LAS YEMAS Y LA LEVADURA Y SALPIMENTAMOS Y POCO A POCO AÑADIMOS LA LECHE. AÑADIMOS LAS CLARAS Y LO MEZCLAMOS CON MOVIMIENTOS ENVOLVENTE PARA QUE NO SE BAJEN. ENMANTEQUILLAMOS LOS MOLDES, AÑADIMOS LA MEZCLA Y LO CEMOS UNOS 15 MINUTOS EN EL HORNO. SERVIR INMEDIATAMENTE.