



BROCCOLETTI GRATINATI

Difficult: Facile



Solitamente sono abituata a mangiare i broccoletti semplicemente sbollentati e conditi con un filo d'olio.

Vanno sicuramente bene per la dieta, ma in quanto a sapore peccano un pochino, d'altronde come un pÃ² tutta la verdura solo sbollentata. Ogni tanto Ã” giusto fare qualche strappo alla regola e allora ho voluto provare questo piatto e sono rimasta piacevolmente sorpresa. Il formaggio sta benissimo con il broccoletto e il latte crea una crema davvero gustosa!!

- broccoletti 500gr.
- formaggio una grattata, io ho usato l'asiago
- latte 100ml
- burro 30gr.
- olio EVO solo per ungere la teglia
- pangrattato 2 o 3 cucchiari
- parmigiano 4 cucchiari colmi
- sale q.b.

Puliamo i broccoletti togliendo la parte dura del gambo e le foglie mettiamoli a sbollentare in acqua salata



nel frattempo in una ciotolina unire il parmigiano e il latte
quando i broccoletti saranno cotti, lo capiamo infilzando una forchetta nel gambo, li scoliamo e li
tagliamo in pezzi pi¹ piccoli. Disponiamoli in una teglia da forno con un goccio di olio sul fondo
condiamo i nostri broccoletti con il composto di latte e parmigiano e qualche ciuffetto di burro



ora grattiamo sopra il formaggio e il pangrattato
in forno a 180° per circa 20 minuti, il formaggio si deve sciogliere e deve creare insieme al
pangrattato una leggera crosticina

