
Brokuły z warzywami na gorąco

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2824 razy.

SKŁADNIKI

- * 1 kg brokułów
- * 750 g marchwi
- * 3 łyżeczki migdałów w płatkach
- * 100 g sera pleśniowego (np. rokpol)
- * 250 ml mleka
- * szczypta gałki muskatołowej
- * sól, pieprz
- * 4 łyżki śmietany kremówki
- * 4 bułki pszenne

Brokuły oczyścić , umyć i podzielić na różyczki. Marchew oczyścić , umyć i pokroić w plastry. Płatki migdałowe uprażyć na suchej patelni na złotisto. Warzywa podsmażyć na patelni bez dodatku tłuszczu. Dodać 5 łyżek wody. Patelnię przykryć . Warzywa dusić ok. 10 minut, następnie odstawić w ciepłe miejsce. Ser pokroić lub pokruszyć i dodać do sosu, który powstał przy duszeniu warzyw. Podgrzewać , aż ser się roztopi. Wlać mleko, wymieszać , doprawić solą, pieprzem i gałką muskatołową. W razie potrzeby sos można zagęścić , dodając odrobinę mąki. Do sosu dodać śmietanę, następnie warzywa. Całość delikatnie wymieszać i posypać prażonymi płatkami migdałowymi.

Gorące danie podawać z bułką.

Źródło: Telegazeta TVP2