

Brócoli y coliflor al horno.

Ingredientes:

700 gramos de coliflor (1 cabeza).

400 gramos de brócoli (1 cabeza).

1 ½ taza de leche.

30 gramos de mantequilla.

20 gramos de harina de trigo.

100 gramos de queso mozzarella.

Sal y pimienta al gusto.

Queso parmesano rallado al gusto.

Preparación:

- Lava bien los vegetales, el brócoli y la coliflor.
- Sepáralos en gajos y estos a su vez en trozos más pequeños.
- Cocínalos en agua hirviendo con sal hasta que estén en su punto de 5 a 6 minutos.
- Escurre bien los vegetales cuando salgan del agua hirviendo y déjalos en un bol juntos.
- Calienta bien la leche y déjala aparte.
- En otra olla agrega la mantequilla espera a que se derrita y agrega la harina, revolviendo constantemente hasta que se forme una pasta que se despegue del fondo de la olla.
- Ahora agrega la leche caliente y sin parar de revolver espera a que la mezcla espese, agrega sal y pimienta al gusto.
- Agrega el queso mozzarella y revuelve hasta que se integre y se derrita en la mezcla.
- Agrega la salsa de queso sobre los vegetales y revuelve bien hasta que los vegetales se cubran con la salsa de queso.
- Espolvoréalo con queso parmesano al gusto.
- Hornear en un horno pre calentado a 180° C / 350° F
- De 25 a 30 minutos hasta que esté dorado.
- Sírvelo bien caliente.