

Rakott brokkoli és karfiol

Kategorie: Zelenina

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost: středně obtížný

Autor:

Suroviny

Hozzávaló:

1 fej brokkoli

1 fej karfiol

2 db tojás

2 pohár tejföl

25 dkg tejszínes krémsajt

1 evőkanál morzsolt oregánó

1 evőkanál morzsolt kakukkfű

1 evőkanál morzsolt bazsalikom

15 dkg reszelt trappista sajt

Postup

A rózsáira vagdosott karfiolt és brokkolit a késes betétű robotgépben apróra daráljuk, majd a párolóedénybe öntjük, és a lobogva forró vízben 2-3 perc alatt készre pároljuk a morzsalékot.

Amíg a zöldség fődögél, elkészítjük az öntetet. Ehhez egy nagy tálba öntjük a tejfölt, a tejszínes krémsajtot, a fűszereket és hozzáütjük a 2 tojást is. Aztán az egészet kézi habverővel alaposan összedolgozzuk.

Amikor a karfiol és a brokkoli megfőtt, lecsepegtetjük, majd átöntjük az egészet egy kivajazott tepsibe. Fakanál segítségével elegyengetjük a morzsalékot a tepsiben, enyhén megsózzuk, leöntjük a sajtmártással, végül a tetejére szórjuk a reszelt sajtot is.

Az előkészített rakott zöldséget 200 fokra előmelegített sütőben kb. 20 perc alatt sütjük készre.