

Creador: Flor Roja



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 2 cabezas de brócoli, cortadas en trocitos
- 1 trozo de queso parrnesano
- 1 cucharada de salsa de soja
- 1 cucharada del zumo de un limón
- Sal y Pimienta

Preparación:

Paso 1

Lavamos bien el brócoli y cortamos las cabezas de brócoli en trocitos, incluyendo las partes blandas del tallo. En una olla ponemos a calentar medio litro de agua hasta que cueza. Entonces añadimos el brócoli el trozo de parrnesano y la cucharada de salsa de soja. Lo cubrimos y lo dejamos cocer a fuego lento durante unos 8-10 minutos. Cuando veamos que el brócoli está blando, apagamos el fuego y lo batimos con una batidora de mano en la misma olla. Le añadimos sal, pimienta y una cucharada de zumo de limón. Probadla y asegurarnos que está bien de sal ya que al no llevar ningún caldo vegetal es posible que tengáis que añadirle algo más de sal de lo normal. Finalmente, le podéis añadir un poco de parrnesano o vuestro queso preferido rallado o en láminas finas.