BRÒQUIL AMB BEIXAMEL

Gastronomia | 29/08/2017 | 10:49

Damunt de la beixamel hi podeu posar formatge ratllat i gotetes de mantega fosa

La coliflor es pot fer d'aquesta manera, ben senzilla però saborosa. En algunes comarques —com a les de Girona—, la coliflor és anomenada també correntment bròquil. No obstant, el bròquil pròpiament dit —popular a l'Alt Camp—, és de color verd, si bé també n'hi ha varietats de color fosc o porpra, sembla que originàries de Xipre.

Ingredients

2 coliflors mitjanes (o una de grossa), o bé bròquil

oli o llard

½ l de beixamel (mantega, farina, sal, 1 pols de nou moscada)

sal

aigua

Elaboració

Talleu una mica de tronxo de les coliflors, i aquestes talleu-les a rams. Poseu-los a bullir amb aigua i un pols de sal. Un cop bullits —no massa, per evitar que es desfacin; entre 8 i 10 minuts—, els escorreu.

Poseu mantega en una plata d'anar el forn, poseu-hi la coliflor i cobriu-ho amb la beixamel. Entreu-ho al forn, prèviament escalfat, i quan la beixamel serà una mica daurada, ho serviu.

Notes

Damunt de la beixamel hi podeu posar formatge ratllat i gotetes de mantega fosa. En comptes de mantega podeu fer servir margarina.

La beixamel també es pot fer amb Maizena.

La coliflor, prèviament bullida, s'arrebossa, per acompanyar plats de carn, o bé es bull amb llegums.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/49004-broquil-amb-beixamel.htm