

BRÓCOLI CON QUESO

Ingredientes:

- 3 Ramos de Brócoli
- 2 Cucharadas de Mantequilla
- 2 Cucharadas de Aceite de Oliva
- 2 dientes de ajo
- 2 limones amarillos (la ralladura y el jugo)
- ½ cucharita de pimienta
- ½ cucharita de sal
- ¼ de cucharita de chile en polvo (opcional)
- 200 gms Queso Cheddar rallado

Preparación:

1. El brócoli crudo se pica finamente en la Thermomix o en el procesador. También se puede rallar en el rallador de queso. Debe quedar del tamaño de arroz.
2. En un sartén se calienta la mantequilla y el aceite. Se añaden los ajos exprimidos o machacados, la ralladura de los limones y se deja freír suavemente durante un minuto. Se añade el brócoli molido mezclando para combinar. Se añade el jugo de medio limón, la pimienta, la sal y si se desea el chile en polvo. Se cocina solamente 3 minutos para que la verdura quede crujiente. Se añade el queso y se mezcla hasta que se derrita.
3. Se vacía la mezcla a moldecitos individuales (para el flan) para formar porciones individuales. También se puede vaciar a un molde de rosca. Se presiona con la cuchara y se voltea sobre un platón.
4. Se puede servir como guarnición en lugar de arroz.