



“Cavolini di Bruxelles gratinati al forno con noci”

Ingredienti

- ✓ 400-500 g di cavolini di Bruxelles freschi (o surgelati)
- ✓ 3-4 gherigli di noci
- ✓ 3-4 cucchiaini di panna vegetale (facoltativa)
- ✓ lievito alimentare in fiocchi
- ✓ olio extra-vergine di oliva
- ✓ noce moscata
- ✓ sale fine integrale

Preparazione

Lavate i cavoli di Bruxelles e cuoceteli al vapore per circa 10 minuti; lasciateli intiepidire e tagliateli a metà.

Oliate una teglia, disponete i cavolini, aggiungete un pizzico di sale e di noce moscata.

Con un cucchiaino distribuite la panna vegetale, aggiungete le noci tritate e spolverate con qualche cucchiaino di lievito di birra in scaglie.

*Cuocete in forno già caldo per circa 10 minuti a 180°
C sino ad ottenere la superficie dorata.*

Buona salute a tutti!