BROCOLI RÔTI AU PARMESAN

Ingrédients :

- 6 tasses (1 lb/454 g) de fleurons de brocoli frais
- 3 c. à soupe (45 ml) d'huile d'olive
- 3 gousses d'ail, hachées
- ½ c. à thé (2,5 ml) de sel
- ¼ c à thé (1,25 ml) de poivre
- ¼ tasse (30 g) de chapelure de style italien
- ½ tasse (35 g) de fromage parmesan fraîchement râpé (légèrement tassé)

Préparation :

1. Préchauffer le four à 425 °F (220 °C).
2. Tapisser une plaque de cuisson de ~~papier aluminium~~ (*parchemin*), et vaporiser généreusement avec un spray antiadhésif (pas fait).
3. Dans un grand bol, ajouter le brocoli, l'huile d'olive, l'ail, la chapelure et le fromage parmesan, puis mélanger jusqu'à ce que le tout soit bien combiné.
4. Verser le brocoli sur la plaque de cuisson et saupoudrer tout reste de mélange de chapelure par-dessus.
5. Faire cuire sur la grille supérieure du four pendant 18 à 20 minutes. Retirer du four et faire reposer 1-2 minutes avant de servir.

Source : Chef Cuisto

https://chefcuisto.com/recette/brocoli-roti-au-parmesan/

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le mercredi 3 avril 2024

https://lafilledelanseauxcoques.blogspot.com/2024/04/brocoli-roti-au-parmesan.html