

VELOUTE DE BROCOLI

Ingrédients

1kg de brocolis,
2 gros oignons,
1,5L de bouillon de volaille(eau+3 cubes)
1 bouquet garni,
2,5dl de crème,
sel et poivre.



Préparation

Nettoyer les bouquets de brocolis, raccourcissez les trognons de 5cm et retirez les feuilles.

Faites fondre les oignons à feu doux dans une noix de beurre.

Ajouter le bouquet garni et laissez mijoter 30mn, jusqu'à ce que les brocolis soient cuits à points. Mixez le tout et ajouter la crème, assaisonnez à votre goût.

TIMBALE DE BROCOLI

Ingrédients

400gr de brocoli en fleurettes,
1 œuf+1 jaune d'œuf
3 cuillères à soupe de crème fraîche,
1 petit oignon émincé,
de la muscade, sel et poivre, beurre.



Préparation

Préchauffer votre four à 180°C ; Beurrer légèrement 4 ramequins. Cuire les brocolis jusqu'à ce qu'ils soient très tendres. Ecraser les brocolis et mélanger avec la crème et les œufs. Ajouter l'oignon, le sel et poivre. Le mélange doit être bien homogène. Mettre le mélange dans les ramequins et cuire 25mn.

Bon Appétit