

Receta de Brócoli al Horno Gratinado

22 Mar 2018



Buenos días a tod@s, para hoy os dejo una receta de esta rica verdura que es el brócoli, se puede preparar de muchas formas como al vapor o salteado, pero en casa como más nos gusta es cocinado al horno y con el queso parmesano hará que hasta los más peques de la casa quieran probarlo, seguro que os gustará este **Brócoli al Horno Gratinado**.

Ingredientes

- Brócoli (500 grs)
- Beicon (100 grs)
- Harina (30 grs)
- Huevos (tres)
- Nata líquida (70 grs)
- Mostaza (una cucharadita)
- Leche entera o semi (200 ml)
- Queso parmesano rallado (200 grs)
- Sal y Pimienta
- Aceite de oliva

Modo de Preparación

1. Poner agua con un poco de sal en una cacerola al fuego y cuando empiece a hervir, echar el brócoli que quede cubierto por el agua y dejar cocer unos 10/12 minutos, retirar del fuego y poner a escurrir
2. Engrasar con un poco de aceite una bandeja que sea apta para el horno y poner el brócoli escurrido
3. Precalentar el horno a 180º
4. Refreír el beicon cortado en taquitos pequeños en una sartén con un poquito de aceite y cuando esté doradito, volcarlo encima del brócoli, le dará un sabor especial
5. Cubrir todo con una buena capa de parmesano rallado
6. En un bol, batir los huevos, la mostaza, la leche, la nata y un poco de sal y pimienta y mezclarlo todo muy bien
7. Echar este preparado sobre el brócoli y meter al horno durante 20/25 minutos vigilando de vez en cuando que no se queme
8. Cuando el queso esté bien derretido y dorado, sacar la fuente del horno
9. Servir caliente y....buen provecho!!!