



Broccoli și cartofi în sos de brânză albastră

Timpe de preparare 15 min.

Timpe total 45 min.

Mărime porție 4 porții

Ingrediente

Broccoli și cartofii

- 600 g broccoli, buchețele
- 700 g apă
- ½ linguriță sare
- 500 g cartofi, tăiați cuburi (3-4 cm)

Sosul de brânză

- 100 g brânză cu mucegai, tăiată bucăți
- 20 g făină
- 50 g unt, nesărat sau sărat
- 80 g smântână
- ¼ lingurițe piper alb măcinat
- 1 priză nucșoară măcinată

Valori nutritive per 1 porție

Calorii 1753 kJ / 418 kcal

Proteine 15 g

Carbohidrați 33 g

Grăsimi 25 g

Fibre 6.4 g

Preparare

Broccoli și cartofii

1. Puneți buchețelele de broccoli în recipientul Varoma și dați deoparte. Turnați apa în bol, adăugați sarea. Introduceți coșul de înăbușire și puneți cartofii în el. Fierbeți 15 min./Varoma/viteza 1.
2. Poziționați Varoma și mai fierbeți 10-15 min./Varoma/viteza 1 sau până când broccoli este fiert cât doriți.
3. Înlăturați Varoma și scoateți coșul de înăbușire cu ajutorul spatulei. Puneți Varoma deoparte, pe o farfurie și păstrați la cald. Transferați într-un castron lichidul rezultat la fierbere.

Sosul de brânză

1. Puneți în bol 400 g din lichidul rezultat la fierbere, brânza albastră, făina, untul și smântâna și reglați 10 min./90°C/viteza 3.
2. Adăugați piperul alb și nucșoara și mixați 5 sec./viteza 6.
3. Transferați broccoli și cartofii pe o farfurie pentru servit, turnați sosul de brânză deasupra și serviți imediat.

Recomandări & Sfaturi utile

- - Înlocuiți broccoli cu conopidă.
- Adăugați mărar proaspăt în sos.