

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Cavolfiore al latte

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Il cavolfiore al latte è un contorno ricco di sapore. Servito con la besciamella aromatizzata è davvero un piatto da re! Davvero semplicissimo da fare, sarà amato anche da chi non è proprio un asso in cucina, perchè molto semplice da realizzare.

Il latte utilizzato in questa ricetta va a mitigare un po' quello che è il gusto forte del cavolfiore, e la buccia d'arancia messa in cottura gli conferisce un profumo davvero delizioso!

Insomma anche se non lo amate tanto, apprezzerete la nostra ricetta del cavolfiore al latte.

INGREDIENTI

CAVOLFIORE 500 gr

LATTE a coprire - 500 ml

BURRO 20 gr

PEPE MISTO IN GRANI 1 cucchiaino da tavola

ARANCIA scorza - 1

ALLORO 1 foglia

SALE

NOCE MOSCATA

PREPARAZIONE

1 Mondate il cavolfiore e lavatelo bene.

Mettetelo in una casseruola dai bordi alti e copritelo con il latte. Aggiungete la foglia di alloro la scorza d'arancia, il pepe in grani e il sale.

Una volta cotto, scolatelo e tenetelo in caldo.

Prendete 200 ml del latte utilizzato per la cottura e fate una besciamella. Sciogliete il burro e la farina poi aggiungete il latte, insaporite con della noce moscata. Cuocete fino ad una consistenza piuttosto densa.

Servite il cavolfiore nappandolo con la besciamella e spolverate con il pepe misto macinato e la scorza d'arancia.