

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.