

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Cavoletti di Bruxelles al forno

---

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **molto bassa**    PREPARAZIONE: **10 min**    COTTURA: **30 min**    COSTO:

**basso**    REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**

---



### INGREDIENTI

CAVOLETTI DI BRUXELLES 800 gr

BURRO 60 gr

PEPE BIANCO

SALE

**Cavoletti di Bruxelles al forno**, un contorno per gli amanti di questa verdura che viene servita semplicemente condita con sale e pepe e cotta in forno con qualche fiocchetto di burro.

Una verdura veramente salutare che ben s'accosta ai secondi di carne anche semplicemente cotti alla griglia.

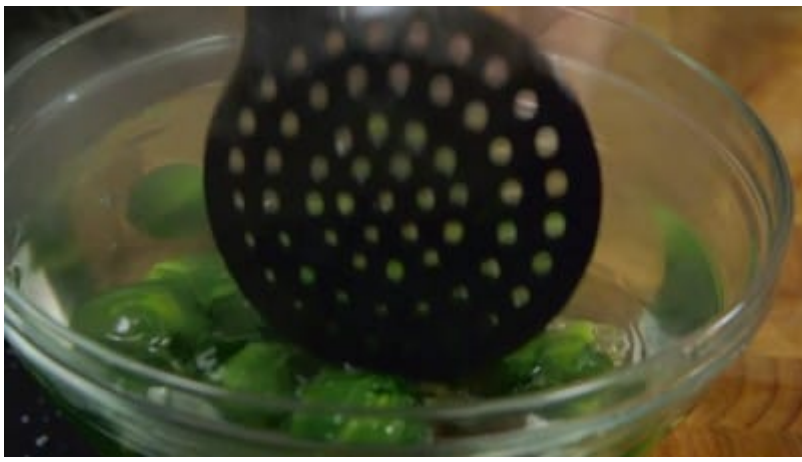
### PREPARAZIONE

1 Lavate i cavoletti e fateli lessare in acqua bollente per circa 10 minuti.

Prelevateli dall'acqua con un cucchiaino forato e trasferiteli in acqua ghiacciata per fissarne il colore. Scolateli, successivamente e trasferiteli in un contenitore.

Lavarli e farli bollire 10 minuti in acqua poco salata. Sgocciolarli e senza lasciarli raffreddare porli in un tegame con sale, pepe e burro a fiocchetti, coprire e passare in forno a 180°, facendoli stufare, rigirandoli un paio di volte, per 25 minuti circa.





**2** Imburrate una pirofila e trasferite i cavoletti in uno strato. Salate, pepate e distribuite qualche fiocchetto di burro.



**3** Infornate a 180°C per 20 minuti circa, verificate che i cavoletti siano ben colorati.

Sfornateli e serviteli ben caldi in tavola.

