

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Cavoletti di Bruxelles alla parmigiana

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [30 min](#)    COSTO:

[basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



I **cavoletti di Bruxelles**, la croce di qualsiasi bambino sulla faccia della terra...un vero incubo quando finiscono nel piatto preparato dalla mamma! E...o mangi questa minestra o vai a letto senza cena...

Noi abbiamo escogitato un modo per renderli davvero gustosi, non dico che i bambini impareranno ad apprezzarli, ma magari qualcuno di loro storcerà un po' meno il naso quando se li vedrà davanti. Scommettiamo che piaceranno anche a chi in genere non li gradisce?? Questo modo di prepararli infatti le rende molto saporiti e

appetitosi: seguite il nostro procedimento e fateci sapere com'è andata!

Se amate questo prodotto della terra vi invitiamo a realizzare anche la ricetta con [le mandorle](#):  
buonissimi!

## INGREDIENTI

CAVOLETTI DI BRUXELLES 800 gr

BURRO 30 gr

PARMIGIANO REGGIANO grattugiato -

NOCE MOSCATA facoltativo - 1 pizzico

SALE

PEPE NERO

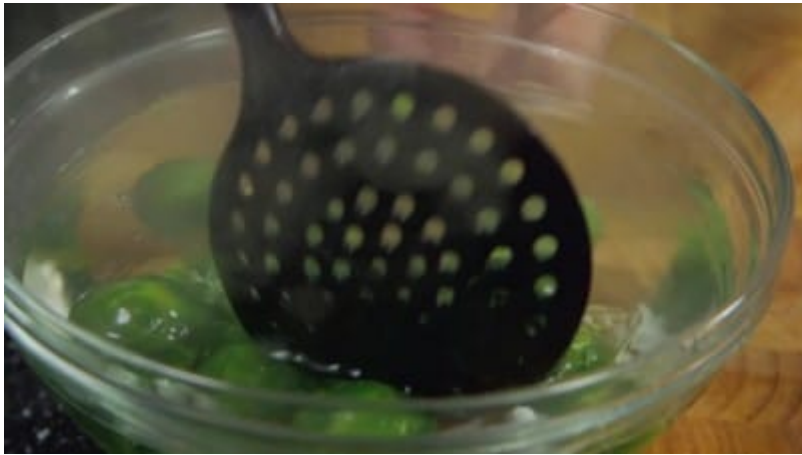
## PREPARAZIONE

**1** Lavate e lessate i cavoletti interi in acqua salata per un quarto d'ora.

Prelevateli dall'acqua bollente con un cucchiaio forato e trasferiteli in acqua ghiacciata per fissarne il colore.

Dopo qualche secondo, scolateli definitivamente e trasferiteli in una pirofila.





2 Profumate i cavolini di Bruxelles con un pizzico di noce moscata. Passateli su un piatto da

portata caldo, cospargeteli con abbondante formaggio grattugiato, serviteli subito caldi.







