

ZUPPE E MINESTRE

Crema di broccoli con crostini al brie

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



Questa ricetta che vi presentiamo è molto sfiziosa ed è proprio l'ideale da presentare ad un aperitivo tra amici o ad una cena tra parenti. La **crema di broccoli con crostini al brie** è davvero molto sfiziosa ma è anche semplicissima da fare. Inoltre è anche un buon modo per far mangiare i broccoli a chi in genere è restio. In realtà questa verdura ha un potenziale enorme, e a livello nutrizionale è una tra i migliori prodotti della terra. Alcune fonti storiche testimoniano che sia i cavoli che i broccoli erano già famosi, diffusi e amati nei tempi antichi; il cavolo in particolare, era adorato e molto usato dai Greci ed i Romani che lo utilizzavano addirittura per curare

alcune malattie per le sue proprietà antiossidanti e curative, ma lo utilizzavano tanto anche come pinzimonio prima del pasto vero e proprio, perché in questo modo erano capaci di assimilare meglio il vino e l'accol. Oggi come oggi i cavoli sono molto diffusi e conosciuti così come è cresciuta la corretta informazione sugli alimenti, ed è per questo che sulle tavole degli italiani non mancano quasi mai. Si può dire che il broccolo e il cavolo in genere sia un ottimo alimento anche quando non si sta bene in salute. Molto sono restii e si rifiutano di mangiarlo e cucinarlo per l'odore sgradevole che emana in cottura. Quell'odore dipende dallo zolfo, presente tipicamente in tutte le crucifere. La cottura ideale per questo ingrediente principe è a vapore ma è possibile cuocerlo anche in maniera diretta, tuffandolo in acqua bollente. Se poi ad un alimento principe come il broccolo abbiniamo un formaggio fantastico, dal gusto deciso ma non invadente come il brie, si ha un connubio perfetto. Se amate come noi i broccoli e volete sbizzarrirvi con gli antipasti, provate anche il nostro famoso [sformatino](#), la ricetta è facile e infallibile!

INGREDIENTI

BROCCOLI 800 gr

BRIE 200 gr

PANE in cassetta - 4 fette

BRODO VEGETALE cuore knorr - 2

PREPARAZIONE

- 1 Ricavate da ciascuna fetta di pane 3-4 dischetti di 2 cm circa di diametro. Disponete i dischetti su di una teglia da forno foderata con carta forno. Adagiate su ciascun dischetto un bel pezzetto di brie ed infornateli a 200°C per circa 5

minuti o fino a quando il brie non risulti ben fuso.

Spegnete il forno e conservate i crostini al caldo, se preferite anche lasciandoli nel forno spento.

Mettete sul fuoco un litro d'acqua in una casseruola con due cuore di Brodo Knorr verdure portate ad ebollizione.

Nel frattempo pulite i broccoli ricavandone delle cimette.

Tuffate le cime di broccolo nel brodo in ebollizione e lasciate cuocere per circa 10 minuti o fino a quando infilzando una forchetta nel gambo questa non incontri resistenza.

A questo punto prelevate i broccoli dal brodo e frullateli aggiungendo tanto brodo quanto ne serve per raggiungere il grado di densità che più preferite.

Distribuite la crema di broccoli nei piatti e adagiate quattro crostini al brie in ciascun piatto.

CONSIGLIO

Come si può evitare l'odore così sgradevole dei broccoli?

Si può spremere un limone nell'acqua di cottura. Oppure mettendo un batuffolo pieno di aceto sul coperchio.

Mi piace molto questa ricetta ma non riesco a trovare il brie, con cosa posso sostituirlo?

Puoi sostituire il brie con un altro formaggio a pasta molle.

Quanto tempo si conserva questa crema?

Se non aggiungi i crostini la crema puoi conservarla anche ventiquattro ore in frigorifero.