

# BRÓCOLI Ó GRATÉN

COCIÑANDO CON  
SAÚDE

## INGREDIENTES:

- Brócoli ecolóxico do noso invernadoiro
- Xamón cocido
- Leite, fariña, manteiga, sal, pementa e noz moscada para a bechamel
- Queixo para gratinar.

## PREPARACIÓN:

- Cocer ó Brócoli nunha cazola con auga e sal ata que esté ao dente.
- Por outra banda facemos a salsa bechamel.
- Nunha fonte de forno disponemos o Brócoli, engadimos o xamón e a bechamel e poñemos o queixo por riba para gratinar.
- Metemos no forno durante 15 minutos e... a despois a degustar...

