Ropogós brokkoli

— Perc

Elkészítés

1. Melegítsük fel a sütőt 220 C-ra. Egy tepsit béleljünk ki sütőpapírral. Forraljunk fel egy fazék sós vizet. Szedjük a brokkolit nagyobb rózsákra, és mossuk meg.
2. Adjuk a brokkolit a forrásban lévő vízhez, és főzzük 1-2 percig. Csöpögtessük le, és tegyük át a sütőlemezre.
3. Egy pohár vagy krumplinyomó segítségével lapítsunk ki minden egyes brokkolidarabot. A többi hozzávalót keverjük össze egy tálban. Az összetört brokkolit mindkét oldalról vonjuk be az elkészített páccal.
4. Tegyük a tepsit a felforrósított sütőbe, és süssük 15 percig. Vegyük ki, fordítsuk meg brokkolikat, és süssük tovább további 10 percig, vagy amíg a kívülről ropogós nem lesz. Tálalótálra szedjük, és tetszőleges mártással tálaljuk.

Összetevők 4 fő részére

= Kotányi Produkte

1 fej	Brokkoli
1 tk.	Fokhagyma granulátum
1 tk.	Kurkuma
0.25 tk.	Chili Cayenne, őrölt
0.5 tk.	Só
2 ek.	Olívaolaj
1 tk.	Ecet