

# Brokuł udający szpinak



Autor: **Maudie**  
Przepisów: **360** Ocena: **11970**



3-4 os.



15 min



średnie przystępne



## Składniki:

- duży brokuł
- czosnek, 2-3 ząbki
- masło, 2 łyżki
- Mąka pszenna, 1 łyżka
- mleko, ok 3/4 szklanki
- koperek posiekany świeży lub suszony, łyżka
- bazylija, sól, do smaku

## Sposób przygotowania:

- 1 Brokuł umyć, podzielić na mniejsze kawałki, ugotować do miękkości, odcedzić, przestudzić i rozgnieść widelcem lub blenderem.
- 2 Z mąki i masła zrobić zasmażkę rozprowadzając ją mlekiem i stale mieszając podgotować ok 3 min. do uzyskania gładkiego sosu.
- 3 Sos wlać do rozgniecionego brokuła, dodać czosnek przeciśnięty przez praskę, koperek, bazylię i sól do smaku. Podgrzać i wymieszać.

## Twoje notatki do przepisu: