

Broccoli al forno croccanti e gluten free

Scritto da Chiara Chiaramonte
Mercoledì 08 Maggio 2013 00:21 -



Ingredienti

Broccoli
Sale
Acqua
Olio Evo
Farina fioretto di mais

Preparazione

Scottiamo appena i broccoli in acqua salata. Poi scoliamoli e paniamoli nella farina fioretto di mais. Spargiamo un filo d'olio sopra e inforniamo a temperatura medio-alta per circa 10 minuti e finché non appariranno dorati.

Sforniamo e serviamo caldi.

Un contorno ricco di antiossidanti, semplice da preparare, vegan e senza glutine!

Più facile di così!