

Kalafior i brokuł pod beszamelem



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mały brokuł	1
łyżki masła	2
łyżki mąki pszennej	2
szkl. mleka	1-1,5
łyżki startego drobno sera Tylżyckiego	2
Pieprz biały mielony Prymat	do smaku:
sól	do smaku:
Gałka muskatołowa mielona Prymat	do smaku:

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kalafiora i brokuła opłukać, podzielić na różyczki (łodygi przyciąć, nie będą nam potrzebne). Warzywa obgotować 2-3 min. w lekko osolonym i posłodzonym wrzątku, osączyć dokładnie. W rondlu rozpuścić masło, wsypać mąkę, rozmieszać dokładnie i cały czas mieszając różgą wlewać powoli mleko, zagotować mieszając - to ważne żeby nie zrobiły się grudki!. Kiedy sos zgęstnieje doprawić go solą, pieprzem i gałką muskatołową. Na koniec dodać ser i mieszać aż się rozpuści. Naczynie do zapiekania posmarować cieniutko masłem, ułożyć warzywa, połączyć sosem. Zapiekać 20-30 min. w piekarniku nagrzanym do 180 st. C. Podawać jako jarzynkę obiadową albo na kolację...