



Dampet broccoli



[Bedøm opskrift](#)



15 min



Jun – Okt



Dagligt grønt



Vegetar



Lav på gluten



Lav på laktose

Ingredienser

Beregn $\frac{1}{2}$ broccoli per 2 personer

Broccoli

Tilberedning

- 1 Skyl broccolien og del den i små buketter.
- 2 Læg buketterne i en bambusdamper, drys med 1 knivspids fint salt per person og sæt låg på.
- 3 Hæld en kop vand i en kasserolle og bring til kogepunktet.
- 4 Når vandet koger, sættes bambusdamperen ovenpå kasserollen i 5 min.
- 5 Når broccolien er dampet færdig, serveres den med det samme.



Tip

Godt til frikadeller, svinekoteletter og stegt kylling.

