



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

Broccoli strascinati



4 Persone

contorni Categoria

facile Difficoltà

30 minuti Tempo

Attrezzatura : **un tegame**

Ingredienti

- 1 kg di broccoli
- aglio
- olio extravergine d'oliva
- peperoncino
- sale
- pepe

Preparazione Broccoli strascinati

Passo 1.

Pulite i broccoli e farli cuocere per 5 minuti.

Passo 2.

Preparate un soffritto con l'aglio ed il peperoncino.

Passo 3.

Aggiungete quindi i broccoli tagliati in pezzi e fate cuocere per una ventina di minuti a fiamma molto bassa.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 01/10/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)