



Brocolis rôtis au citron et au parmesan

INGRÉDIENTS

- 1/4 tasse d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail hachées
- 2 cuillères à thé de zeste de citron râpé
- 2 cuillères à table de jus de citron
- 2 têtes de brocolis
- 3 cuillères à table de parmesan râpé
- poivre

Temps de préparation : 10mn

Temps de cuisson : 25mn

Temps total : 35mn

PRÉPARATION

Dans un petit bol, mélanger l'huile, l'ail et le zeste et le jus de citron.

Couper les brocolis en tranches de 1/2 po (1 cm) d'épaisseur et les mettre sur une plaque de cuisson tapissée de papier d'aluminium.

Badigeonner les tranches de brocoli de l'huile citronnée.

Parsemer du parmesan et poivrer.

Cuire au four préchauffé à 375 °F (190 °C) de 25 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le brocoli soit tendre, mais encore croquant (retourner les tranches de brocoli à la mi-cuisson).

Astuce :

Une fois les brocolis coupés en tranches, on garde les pieds et les bouquets superflus pour nos sautés ou nos soupes.