

Cavolfiori gratinati

Categoria: Portate - Verdure e Contorni



Informazioni Generali

Preparazione: 15 min	Cottura: 40 min	Dosi per: 4 persone
Costo: Basso	Difficoltà: Bassa	

I cavolfiori gratinati sono un contorno vegetariano ricco e gustoso: i cavolfiori, vengono prima lessati, poi coperti con abbondante formaggio grattugiato e besciamella e passati al forno per formare una croccante e gustosa crosticina.

I cavolfiori, così preparati, piaceranno anche ai bambini, che solitamente non amano in modo particolare questa verdura.

Per rendere i cavolfiori gratinati ancora più gustosi aggiungete delle striscioline di prosciutto cotto o di speck!



Ingredienti:

>> Burro 20 gr	>> Parmigiano Reggiano 50 gr
>> Cavolfiore 1 (da circa 800 gr)	

...per la besciamella:

>> Burro 25 gr	>> Noce moscata 1 pizzico
>> Farina 20 gr	>> Pepe q.b.
>> Latte 300 ml	>> Sale q.b.

Preparazione



Per preparare i cavolfiori gratinati iniziate lavando bene il cavolfiore, eliminate le foglie e il gambo centrale e dividetelo in cimette (1). Ponetelo a cuocere in abbondante acqua salata per circa 15 minuti (2), fino a quando sarà tenero ma non sfatto. Nel frattempo preparate una besciamella piuttosto fluida con gli ingredienti sopraindicati e seguendo il procedimento che trovate [cliccando qui](#). Scolate i cavolfiori, imburrate bene una teglia da forno capiente e poneteli in un solo strato (3).



Spolverizzate quindi con il parmigiano grattugiato (4) e poi coprite con la besciamella (5). Concludete con alcuni fiocchetti di burro (6) e infornate per 10 minuti a 180°C e poi per altri 10 minuti con la modalità grill, in modo da ottenere una bella gratinatura croccante! Servite i cavolfiori gratinati ben caldi!