

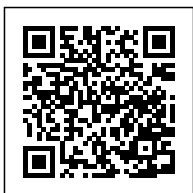
MEZZE DE BROCOLI

Posted on janvier 12, 2025 by Florence Breuil



Category: [En-cas](#)

Tag: [Brocolis](#)



Pour deux à quatre personnes : 1 brocoli, 1 gousse d'ail, le jus d'1 citron vert, 1 yaourt (grec, skyr ou soja), 1 cuillère à soupe d'huile d'olive, 4 brins de coriandre, 2 pincées de paprika fort fumé et 1 cébette (facultatif).

Coupez les fleurettes de brocoli et faites-les cuire 7 minutes à la vapeur, jusqu'à ce qu'elles soient fondantes. Plongez-les ensuite dans un bol d'eau froide afin qu'elles conservent leur couleur verte.

Une fois refroidies, mixez-les dans un blender avec l'ail pelé, le jus de citron vert, le yaourt, les feuilles de coriandre, l'huile d'olive et le paprika. Servez si vous le souhaitez avec la cébette émincée et dégustez accompagné de crackers.

