

Brócoli vestido de fiesta

Subida por antonio el 25/04/2010

Etiquetas: Tmx, Verduras



INGREDIENTES

Para los rollitos

600 g. de Brócoli congelado
12 Lonchas de Jamón de york (finas)
12 Lonchas de Queso de sandwich
sal y pimienta
1/2 l. de Agua para cocer el brócoli

Para cubrir los rollitos

800 g. de Leche
80 g. de Harina
50 g. de Mantequilla
30 g. de Aceite
Sal
Pimienta
Nuez moscada
150 g. de Queso rallado para gratinar (Emental, Gruyere o Parmesano)

PREPARACIÓN

Ralle el queso. Saque y reserve.

Ponga el agua en el vaso del Thermomix y programe 5 minutos, temperatura varoma, velocidad 2.

Ponga el brocoli en el recipiente Varoma (lo puede poner sin descongelar, en cuyo caso tardará unos minutos más al hacerse).

Cuando el agua hierva y salga vapor, quite el cubilete y ponga el recipiente varoma sobre la tapadera.

Programe 15 minutos más a la misma temperatura y velocidad.

Cuando termine, compruebe la cocción de verdura. Ponga el brocoli sobre papel de cocina, s quelo y salpim ntelo.

Para hacer los rollitos, ponga sobre las lonchas de jamón una de queso y el brocoli y env lvalo a continuación. Vaya colocando los rollitos en una fuente de horno y res velos.

Prepare una bechamel con el resto de los ingredientes, excepto el queso rallado, poniéndolos en el vaso del Thermomix y programando 7 minutos a 90  en velocidad 4.

Cubra los rollitos con esta bechamel y espolvoree con el queso rallado.

Con el horno precalentado a 180 , hornee primero durante 10 minutos y gratine a continuación hasta

que el queso tenga un bonito color dorado.

OTROS COMENTARIOS

Puede cambiar el brocoli por puerros o endivias cocidas al vapor