

Coles de bruselas gratinadas

para 6 personas

Subida por antonio el 16/03/2010

Etiquetas: Primeros, Tmx, Verduras



INGREDIENTES

1 Kg. de Coles de Bruselas limpias

50 g. de Jamón serrano cortado en tiras finas

Queso para gratinas

PREPARACIÓN

- 1.- Limpia las coles sacando la primera capa de hojas y hazle un corte en la zona posterior en forma de cruz para que se cuezan antes.
- 2.- Pon en el vaso 1 litro de agua, el varoma en su posición con las coles y programa 35 minutos, Varoma, velocidad 1. Comprueba que están tiernas o programa unos minutos más.
- 3.- Haz la Bechamel de cobertura o la de dieta.
- 4.- Mientras tanto pon en una fuente las coles de bruselas con el jamón en tiras pequeñas por encima, cuando tengas lista la bechamel, vierte esta por encima. Añade el queso y gratina 15 minutos o hasta que el queso este dorado.