



CUCINA CON NOI!

Carotine e broccoletti al miele

INGREDIENTI

500 g di Carotine Intere Orogel

300 g di Cavolini di Bruxelles Orogel

2 cucchiaini di miele di acacia

30 g di pistacchi sgusciati e pelati

1 arancia non trattata

olio extravergine d'oliva

timo

maggiorana

sale



30



4



Facile



Contorni



Forno

Preparazione

1

Mettete le verdure in una teglia da forno. Condite con un filo d'olio, un pizzico di sale e bagnate con 1/2 bicchiere d'acqua.

2

Cuocete in forno a 180°C per 15 minuti. Grattugiate un po' di buccia di arancia e mescolatela al miele. Diluite con il succo.

3

Cospargete le verdure con l'emulsione e infornate per altri 10 minuti. Cospargete con le erbe e i pistacchi tritati.

4

L'idea in più: Per un gustoso piatto unico servite le carote e i cavolini al miele con un riso a chicco lungo lessato in acqua salata e condito con poco olio ed erbe aromatiche a piacere.

