

Broccolipuree zonder aardappelen en vetstof

Ingrediënten:

400 g broccoli (gebruik ook de stam !)
50 g kaas (parmesan, comté , gruyère, ...)
100 g water
75 g melk
20 g bloem
peper en zout

Bereiding:

Doe de kaas in de mengbeker en cutter fijn.
Stel in: 8 sec / stand 10, doe over in een recipiënt

Doe de roosjes broccoli in de mengbeker met het water
Stel in: 100 °C / 12 min / stand 1

Voeg melk, bloem, peper en zout bij
Stel in: 100 °C / 3 min / stand 1

Mix.
Stel in: 10 sec (of meer) / stand 5

Voeg de kaas toe.
Stel in: 5 sec / stand 3

