

BROCCOLI STRASCICATI

Ingredienti per 8 persone:

- 1 broccolo da 1000 g
- olio d'oliva
- 1 spicchio di aglio
- 2 cucchiaini di brodo
- sale
- pepe

Mondare e tagliare il broccolo in tanti rametti, poi lavarlo e scolarlo.

Mettere in 1 padella l'olio e l'aglio e farlo dorare a calore moderato.

Quindi toglierlo e versare nel condimento i pezzetti di broccolo, rimescolandoli spesso e delicatamente in modo che si insaporiscano bene.

Condirli con sale e pepe macinato, mettere il coperchio e abbassare al minimo il fuoco.

Rimescolare spesso, unendo i 2 cucchiaini di brodo e portare a termine la cottura sempre su fiamma molto bassa.