

DUO DE BROCOLIS AU FROMAGE FRAIS

Pour 8 pers.

400 g. de FROMAGE FRAIS à 0%

1 tête de brocoli vert

1 gousse d'ail pilé

quelques gouttes de tabasco

Sel

Couper les brocolis en petits bouquets et les porter dans une casserole d'eau bouillante. En retirer la moitié après une vingtaine de secondes d'ébullition.

Continuer à cuire le reste en les gardant fermes. Egoutter et rafraîchir.

Couper en petits morceaux les brocolis les plus cuits et les mélanger au fromage, ail, sel et tabasco.

Garnir un saladier et disposer harmonieusement les fleurs de brocolis mi-cuits.