

Broccoli met knoflook en kaas



30 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	259 Kcal
Koolhydraten	2.4 g
Eiwitten	17.4 g
Vet	19 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 150 g broccoli in roosjes
- 4-6 el kaas 30+, geraspt
- 1 teentje knoflook, geperst
- 1 el olijfolie
- Peper

BEREIDINGSWIJZE

Verwarm de oven voor op 180 °C. Kook of stoom de broccoli in circa 5 minuten beetgaar. Doe de olijfolie in een ovenschaaltje en meng met de geperste knoflook. Giet de broccoli af en meng goed met de knoflook en de olie. Bestrooi met de geraspte kaas en zet voor 10-15 minuten in de oven tot de kaas is gesmolten. Breng eventueel op smaak met wat peper.