

Brócoli al horno con queso

¿Te apetece preparar una cena diferente y a la vez, deliciosa y saludable? Pues atentos a la receta que te proponemos de brócoli con queso. Es una comida muy completa, con ingredientes muy variados, nutritiva y de fácil preparación con la que sorprenderás a toda la familia. Toma nota porque desde unComo.com te enseñamos cómo hacer brócoli al horno con queso.

Ingredientes:

8 tallos de brócoli

$\frac{1}{2}$ cucharada de sal

2 tiras de bacon

$\frac{1}{3}$ de harina

5 huevos

$\frac{1}{2}$ taza de nata de cocinar

1 taza de leche

1 cucharadita de pimienta negra molida

2 cucharadas de mostaza

200 gramos de queso rallado (mozzarella, cheddar, a tu gusto)

Pasos a seguir:

Empezamos a preparar esta exquisita receta de brócoli al horno con queso. Coge una cazuela, con 3 litros de agua, pon la media cucharada de sal y deja que llegue a ebullición. Pon los 8 tallos de brócoli en el agua hirviendo durante unos 5 minutos, hasta que esté tierno. A continuación, escurre y enjuaga con agua fría para que se quede en la textura deseada.

Coge las 2 tiras de bacon, trocea y saltea en una sartén a fuego lento, hasta que quede dorado pero no demasiado hecho y crujiente. Cuando esté hecho, ponlo sobre un plato con un trozo de papel para que se absorba la grasa, y deja que repose durante un rato. Mientras, puedes empezar a precalentar el horno a unos 220 grados. Coge un molde para el horneado que sea transparente para ver bien la cocción y engrasa con aceite o mantequilla, según prefieras.

A continuación coge los 5 huevos y bate en un bol, debes añadir el $\frac{1}{3}$ de harina, la crema de nata, y la taza de leche. Mientras bates todo bien, añade pimienta negra, una cucharada de sal, las dos cucharadas de mostaza y la mitad del queso rallado. Volvemos a mezclar todo bien para que quede bien cremosa y aliñada.

Coge el molde engrasado, añade el brócoli que previamente has hervido, espolvorea la otra mitad del queso rallado, coge los trozos de bacon que has frito y arriba del todo, vierte toda la mezcla de huevos. Coge una espátula y mueve el brócoli para que la crema cuele bien por todas las zonas.

Tras colocar todos los ingredientes en el molde, puedes acabar de espolvorear el queso restante. Introduce el recipiente en el horno y cocina durante unos 40 minutos hasta que todo cuaje bien, es muy importante que el huevo no quede crudo. En cuanto veas que la parte superior está dorada, coge papel de aluminio y tapa el molde para que se haga un poco más sin que se queme.

¡Y listo! Disfruta de tu deliciosa receta de brócoli con queso que está para chuparse los dedos.

Receta de [Mundo Deportivo](#)