

Cavolfiore al forno



Oggi Frasinucina propone, cavolfiore al forno, cotto con un filo di olio e una spolverata di pepe, un contorno leggero, perfetto anche come antipasto. La ricetta è molto semplice e velocissima da preparare.

Ingredienti per 2 persone

1 cavolfiore
olio
sale
pepe

Per prima cosa pulire il cavolfiore e lavarlo sotto l'acqua corrente.

Asciugarlo con carta da cucina e metterlo su un tagliere.

Foderare una teglia con carta da forno.

Con un coltello affilato, tagliare il cavolfiore a fettine non troppo spesse. Fare molta attenzione perché il cavolfiore tende a rompersi facilmente, noi siamo riuscite a fare delle fettine perfette solo per metà, ma è buono anche se un po' sbriciolato.



Adagiare le fettine sulla teglia, cospargere con un filo d'olio, pepe e un po' di sale.

Cuocere in forno caldo per circa 20 minuti a 180°.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altro in Antipasti](#)

[Vedi altro in secondi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)