



## RICETTA: BROCCOLI AI PINOLI



Portata: Contorni

Olio Bertolli: Gentile

Difficoltà: Facile

Tempo di preparazione: 15 min.

### Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di broccoli
- 60 g di pinoli
- 6 cucchiaini di olio extravergine BERTOLLI GENTILE
- il succo di 1/2 limone
- 2 acciughe sotto sale
- 1 cipolla piccola
- 1 spicchio d'aglio
- sale
- pepe

### Preparazione:



Monda i broccoli eliminando le foglie più grandi e le parti più dure dei gambi (1). Lavali delicatamente sotto acqua corrente e cuocili al vapore per 12 minuti (2). Dissala le acciughe lavandole sotto acqua corrente, dividi i filetti ed elimina la lisca (3), quindi sminuzzale.



Tosta i pinoli in una piccola padella (4). Sbuccia l'aglio e la cipolla, lavali e tritali insieme (5). In una padella scalda l'olio extravergine BERTOLLI GENTILE con il trito di aglio e cipolla e le acciughe sminuzzate (6) e lascia imbiondire il tutto.



### Olio consigliato:



Gentile

Aggiungi al soffritto i broccoli divisi in ciuffetti (7) e lasciali insaporire per qualche minuto nel condimento, mescolando. Cospargili con i pinoli (8) e il succo di limone (9), sala e servi con una macinata di pepe.