

Ingredientes

Coliflor: 1 flor

Mantequilla: 40g

Leche: 700ml

Cebolla: 1

Sal

Aceite de oliva

Brócoli: 1 flor

Harina: 30g

Queso rallado: 200g

Nuez moscada

Pimienta

Instrucciones

- Cortar la cebolla en juliana y, en una sartén con 10g de mantequilla y 1 eda de aceite, cocinar a fuego y tapada removiendo a menudo hasta caramelizarla
- Hacer una bechamel con el resto de mantequilla, la harina y la leche y poner sal, pimienta y nuez moscada al gusto
- Cocinar el brócoli y coliflor cortada en 1 dedo de agua con sal 5 min y escurrir
- En una bandeja de horno poner la cebolla en el fondo, la verdura por encima y cubrir con bechamel y queso rallado
- Hornear con grill a máxima potencia hasta que se dore el queso