

# Purè di cavolfiore (ricetta passo passo)



## Ingredienti

1 cavolfiore piccolo

2-3 cucchiari di formaggio grattugiato a scelta (parmigiano, pecorino, provolone, caciotta....)

sale q.b.

pepe q.b.

latte q.b.

EEEh il purè di cavolfiore è la nostra ancora di salvezza quando ci prende la voglia matta di purè (di patate) per accompagnare del pesce o degli arrostiti, ma abbiamo già ecceduto coi carboidrati. Ci dà quella sensazione di coccola e ci alleggerisce la coscienza. E poi è supersemplice ☐

Procedimento:

dividete il cavolfiore in cimette e cuocetelo come preferite: al vapore, lessato, al microonde, portandolo a cottura completa.



Inserite le cimette cotte in una pentola, schiacciatele con la forchetta o frullatele con un frullatore ad immersione (non è sconsigliato come per le patate che diventano colla). Aggiungete il pepe ed il formaggio grattugiato scelto,



se occorre aggiungete del latte per renderlo cremoso come vi piace di più e mescolate il tutto con la fiamma molto bassa (deve prendere calore). Regolate di sale solo a fine cottura perchè se il formaggio è molto stagionato potrebbe non servire.