

## Brocolis au roquefort WW



*Le brocoli j'adore ça, et cette recette est vraiment une bonne surprise. L'alliance du [brocoli](#) et du roquefort est vraiment une grande réussite.*

*Par contre mes brocolis sont beaucoup trop cuits d'où une photo vraiment pas terrible, mon plat ressemble plus à une purée qu'autre chose, elle sera remplacée dès que je referai ce plat.*

*Pour 4 pers / 2 pp*

- 1 sachet de 1 kg de brocolis surgelés
- 1 cs de maïzena dilué dans 3 cs d'eau
- 150 ml de lait ½ écrémé
- 60 gr de roquefort
- Ciboulette
- Sel, poivre

Commencer par faire cuire le brocoli. Pour moi 10 minutes en cocotte minute mais je pense que 7 auraient largement suffit.

A la fin de la cuisson égoutter et remettre dans la cocotte, réserver.

Pendant ce temps faire chauffer le lait dans une casserole, et ajouter la maïzena diluée et faire épaissir sur feu doux tout en remuant.

Couper le roquefort en petits morceaux et le mettre dans le lait. Bien mélanger jusqu'à ce que le roquefort soit entièrement fondu.

Rajouter cette sauce dans la cocotte contenant le brocoli. Ajouter la ciboulette. Saler, poivrer.

Edit : J'ai refait cette recette aujourd'hui et en effet 5 minutes de cuisson à la cocotte minute suffisent amplement. La photo a donc été remplacée.

source : [la cuisine de Gabie](#)

*Je vous rappelle pour conclure l'a dresse mail à laquelle vous pouvez m'envoyer les photos de vos réalisations:*  
***carflaga@gmail.com***

*je me ferai une joie de les publier lors d'une prochaine mise à l'honneur*