

Gastronomia Responsável - Brócolis ao bafo

Categories : [Gastronomia Responsável](#)

Autor: Lucia Storck

Categoria: Entrada

Princípios: Modo de fazer: numa frigideira coloque meia colher de sopa de ghee e dois dentes de alho picados. de uma fritada rápida, coloque os brócolis e espere levantar a fervura então coloque uma colher de sobremesa de vinagre balsamico. apague o fogo e tampe por no mínimo 15 minutos. antes de servir coloque folhas de salsa picada ese quiser o suco de meio limão.