

# COUVES DE BRUXELAS GRATINADAS



Revista  
Dez. | Jan. 10

Fotos: Nuno Campos  
Chef: Fernando Fonseca

## PARA 4 PESSOAS

### INGREDIENTES

1 saco de couves-de-bruxelas (500 g) • 100 ml de molho bechamel • 100 ml de natas •  
1 embalagem de queijo ralado Président para gratinar (150 g) • 50 g de manteiga • 1 raminho  
de salsa • Sal e pimenta do moinho a gosto

### PREPARAÇÃO

Lave as couves-de-bruxelas e limpe as folhas exteriores, aplicando um pequeno golpe em cruz em cada pé • Ferva água com sal e mergulhe as couves, deixando cozer sem tampa, entre 3 e 5 minutos, conforme desejar e dependendo do tamanho das couves • Escorra e salteie em manteiga, temperando com um pouco de pimenta e salsa picada • Coloque em tabuleiro de ir ao forno e cubra com a mistura de molho bechamel e natas • Distribua o queijo ralado e leve ao forno entre 12 e 15 minutos (160°), para ficar com uma boa cor dourada