

Brokkoli kochen



Zutaten für 4 Portionen als Beilage:

- 1 Brokkoli
- Wasser
- Salz

Arbeitszeit: ca. 5 Minuten

Kochzeit/Backzeit: ca. 7 Minuten

Gesamtzeit aktiv: ca. 12 Minuten

Zubereitung:

1. Entferne die Brokkoli Blätter und teile ihn in Röschen. Schneide auch den Strunk klein.
2. Wasche den Brokkoli gründlich ab. Dafür kannst du ihn ein paar Minuten in eine Schüssel mit Wasser legen und dann abspülen.
3. Bring einen Topf mit Wasser und Salz zum Kochen.
4. Gib den kleingeschnittenen Strunk und 1 Minute später die Brokkoliröschen dazu. Koche den Brokkoli für 6-7 Minuten. Die genaue Kochzeit hängt von der Größe deiner Röschen ab.
5. Gieße den Brokkoli ab und schrecke ihn mit eiskaltem Wasser ab.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

