

Contorno zucca e cavolfiore in padella



cavolfiore q.b.
zucca q.b.
olio evo
rosmarino, dado vegetale/sale, pepe

Taglia a fette spesse circa 1 cm la zucca prevalentemente pulita e sbucciata ed il cavolfiore.

Fai un velo d'olio evo nella padella vulcanica o black Diamond e poggia le fette di verdure. Copri con MC e cuoci sul fornello grande a fiamma alta 4 minuti.

Sposta dal fuoco, gire le fette, copri e prosegui 3 minuti a fiamma media. Prepara olio evo con poco dado vegetale o sale, rosmarino tritato finemente a coltello, e pepe. Condisci le verdure prima di servirle.

Eliza Sestov