

## Salade vitaminée

**Mise en place et préparation:** env. 20 min  
Pour 2 personnes

**Par personne:** 411 kcal  
lip 24 g, glu 13 g, pro 31 g



Recettes de  
Betty Bossi.

Betty Bossi

**350 g de brocoli**, en petits bouquets  
**1 citron vert**, rincé sous l'eau très chaude, épongé, zeste râpé et jus  
**1 c. s. d'huile d'olive**  
**½ dl de bouillon de légumes**  
**1 avocat**, en morceaux  
**50 g d'olives noires dénoyautées**  
**fleur de sel**

1. Cuire le brocoli al dente env. 7 min à couvert dans le panier-vapeur. Mélanger le zeste et le jus de citron vert avec l'huile et le bouillon. Ajouter l'avocat et les olives avec le brocoli, mélanger, saler.

**Conseil Miele pour la cuisson au four à vapeur :** Placer les brocolis dans un plat de cuisson à la vapeur perforé, cuire env. 5 min. à 100 °C, le brocoli conservera ainsi sa belle couleur verte.