

BBQ BROCCOLI I OVN

Disse lækre buketter af broccoli smager overraskende godt, når de bliver bagt i ovnen med lidt BBQ sauce. De er det perfekte tilbehør til sommerens grillfester, men de kan heldigvis også laves om vinteren.

•

Til

- 1 hoved broccoli
- 2 spsk olie
- 1 spsk hvidløgspulver eller løgpulver
- salt
- peber
- 1 spsk flydende margarine (kan købes færdigt) eller smeltet smør
- 1 dl barbecuesauce



Stil ovnen på 230 grader (varmluft).

Skyl broccolien og skær den i mindre buketter. Fordel olien på broccolibuketterne - det gøres nemmest ved at komme begge dele i en frysepose og blande godt rundt. Krydr med hvidløgspulver, salt og peber.

Læg dem på en bageplade med bagepapir, og bag dem 5 minutter i ovnen.

Bland flydende margarine/smør og BBQ sauce sammen, og vend broccolien deri. Igen gøres det nemmest i en frysepose.

Kom broccolibuketterne tilbage på bagepladen og bag dem i yderligere 10-15 minutter afhængig af ovnen. De skal være møre, men stadig have bid, og BBQ saucen skal helst nå at "sætte sig" og karamellisere.

Servér dem mens de er varme. F.eks. som en lille snack eller som tilbehør.