



## Crème de brocoli légère aux noisettes

24/09/2019 à 12h13

Par [Laurence Benedetti](#)

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 25 min

Pour 4 personne(s)

### Ingrédients :

- 1 brocoli
- 1 oignon
- 50 cl de lait d'avoine
- 2 cuillère(s) à soupe d'huile de noisette
- 1 cuillère(s) à café d'huile de noisette
- noisettes grillées
- sel, poivre

### Préparation :

- Faites cuire à l'eau le brocoli taillé en morceaux.
- Faites suer 1 oignon haché avec 1 cuil. à café d'huile de noisette.
- Ajoutez 50 cl de lait d'avoine, le brocoli, à l'exception de quelques bouquets.
- Au bout de 15 mn, mixez le tout avec 2 cuil. à soupe d'huile de noisette.
- Parsemez de sel, poivre, bouquets de brocoli et noisettes grillées.