

Broccoli con noci e uvetta



Ingredienti **(per 1 porzione)**

250 g di broccoli
3 gherigli di noci sgusciate Bio,Logico Despar
1 cucchiaino di uvetta sultanina
mezzo cucchiaino di curcuma in polvere
un cucchiaio di olio extra vergine di oliva Despar
un pizzico di gomasio alle erbe
un pizzico di pepe nero

Procedimento

1. Lavo e taglio i broccoli a pezzettoni.
2. Li cuocio a vapore sino a quando non risulteranno morbidi.
3. Verso i broccoli in un'insalatiera e li condisco con le noci tritate grossolanamente, la curcuma, l'uvetta precedentemente ammollata, le olive, l'olio, una macinata di pepe e un pizzico di gomasio.