

Chou-fleur et parmesan

Temps de préparation: 10 minutes

Temps de cuisson: 4 minutes

Portions: 6

1 tête de chou-fleur, fleurettes séparées

1/2 tasse de bouillon de légumes

2 gousses d'ail émincées

Sel et poivre noir au goût

1/3 tasse de parmesan râpé

1 cuillère à soupe de persil haché

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

Dans un bol mélanger l'huile avec l'ail, le sel, le poivre et les fleurettes de chou-fleur, transférer dans l'instant pot. Ajouter le bouillon, couvrir et cuire à puissance maximale pendant 4 minutes. Libérer la pression rapidement. Ajouter le persil et le parmesan, mélanger, répartir entre les assiettes et servir comme accompagnement.

Traduit de :

Instant Pot Cookbook: 777 Instant Pot Recipes.

Delicious Meals to