



## BRÓCOLI BIO AL VAPOR CON SÉSAMO Y SALSA DE SOJA

### Ingredientes

1 brócoli bio Actiture

2 o 3 dientes de ajo

Salsa de soja

Jengibre fresco

1 limón

Pimienta negra molida

Semillas de sésamo

Aceite de oliva

### Preparación

1. Ponemos una olla con 2 dedos de agua en el fuego.
2. Colocamos la vaporera de bambú sobre una olla que debe ser de un diámetro inferior al de la vaporera.
3. Cortamos el brócoli ecológico Actiture en floretes y los repartimos en un nivel de la vaporera sin amontonarlos.
4. Cuando el agua hierva tapamos la vaporera y dejamos cocinar durante 8 minutos.
5. Mientras se termina de hacer el brócoli laminamos los ajos y los doramos a fuego lento en una sartén con un chorro de aceite de oliva hasta para que queden crujientes.
6. Retiramos los ajos y en ese mismo aceite añadimos un buen chorro de salsa de soja y el zumo de un limón recién exprimido.
7. Rallamos jengibre fresco y le añadimos una cucharada al aceite junto con una pizca de pimienta negra molida y un puñadito de semillas de sésamo. Lo dejamos cocinar todo junto unos minutos y lo apartamos del fuego.
8. Retiramos la olla del fuego y abrimos la vaporera con cuidado para no quemarnos con el vapor.
9. Por último, servimos el brócoli en un plato, le añadimos los ajos, vertemos la salsa por encima... ¡y ya tenemos un delicioso y saludable entrante de brócoli estilo oriental listo para disfrutar!