



bariatric care

Ingredientes

- ☐ 1 cabeza de brócoli
- ☐ 1 cc comino
- ☐ 2 cc aceite de oliva
- ☐ Sal y pimienta

BRÓCOLI

1. Calentar horno 400F/ 200C.
2. Limpiar y cortar el brócoli.
3. Mezclar todos los ingredientes.
4. Ponlos en una bandeja.
5. Hornear por 20-25 minutos.

Chef's Notes
