

Brocoli crème de champignons

Ingrédients

- 1-2 pieds de brocoli, coupés en petit bouquet
- 1 conserve de crème de champignons (non ouverte)
- 1 tasse de fromage cheddar, râpé à l'avance
- $\frac{3}{4}$ tasse de crème 35 %, mesurée à l'avance
- Poivre au goût

Préparation

1. Placer le brocoli dans le contenant Superpo-cuisson de 1,75 litre.
2. Ouvrir la boîte de crème de champignons à l'aide de l'ouvre-boîte.
3. Garder la conserve lavée sur la table avec le couvercle pour montrer qu'elle n'est pas coupante.
4. Placer la crème de champignons et la crème 35 % dans le Mélangeur-rapide avec le poivre.

Instructions

1. Expliquer la recette.
2. En parlant du brocoli, expliquer les Intelli-frais (à l'aide du test de légumes).
3. Expliquer l'ouvre-boîte quand vous parlez de la crème de champignons.
4. Expliquer le Mélangeur-rapide. Agiter les ingrédients dans le Mélangeur-rapide et verser sur les brocolis.
5. Expliquer la Spatule en silicone. Mélanger à l'aide de la Spatule.
6. Expliquer la Râpe-à-mesure. Ajouter le fromage par-dessus le brocoli.
7. Placer le TupperOndes 1,75 litre par-dessus le poisson.
8. Cuire 12 minutes en superposition.