



Spicy scampi's met gegrilde broccoli



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

broccoli (fijngesneden)
olijfolie
4 teentjes knoflook (fijngesneden)
1 spaans pepertje (ontpit en fijngesneden)
500 gram scampi's (ontdooit, gepeld en ontdarmd)
1 handvol bladpeterselie (fijngesneden)
2 lente-uitjes (fijngesneden)
peper en zout
1 citroen
2 eetlepels sesamzaadjes

Bereidingswijze

- 1.** Maak eerst de broccoli. Verdeel de fijngesneden roosjes op een bakplaat en bedruppel gul met olijfolie. Zet 15 minuten in een op 200° C voorverwarmde oven.
- 2.** Verhit een flinke scheut olijfolie in een grote braadpan. Fruit hierin de knoflook en de Spaanse peper glazig.
- 3.** Voeg de drooggedepte scampi's toe en roerbak tot ze mooi roze zijn.
- 4.** Voeg de broccoli, de bladpeterselie en de lente-uitjes toe. Breng goed op smaak met peper en zout.
- 5.** Besprenkel vervolgens met citroensap, bestrooi met de sesamzaadjes en serveer meteen.