

BAGT SPIDSKÅL I OVN

Bagt spidskål skal blot pensles med en skøn olieblanding, tilberedes i ovnen i nogle minutter, og så har du det lækreste og nemmeste tilbehør. Kålen bevarer sin sprødhed, men får en dejlig karamelliseret overflade.

Til

- 1 spidskål
- 1/2 dl olie
- 2 tsk salt
- 4 spsk citron
- 1 håndfuld basilikum

FEDTFATTIG

Skyl spidskål, og skær det ud i kvarte.

Bland olie, salt, citron og hakket basilikum i en skål, og rør det godt sammen. Pensl spidskålen på hver side med olieblandingen.

Kom stykkerne i et ovnfast fad eller på en bradepande, og bag dem i ovnen i ca. 5 minutter ved 220 grader.

