

SPIDSKÅL PÅ PANDEN

Nem opskrift på ristet spidskål på panden. Det er sundt, smager fantastisk og er utroligt simpelt at tilberede. Se hvordan her.

•

Til

- 1 hoved spidskål
- 4 spsk smør
- salt
- peber

Pil de yderste blade af spidskålen. Skyl resten af kålhovedet, lad det dryppe af og dup det tørt med lidt køkkenrulle. Skær kålhovedet i kvarte.

Steg spidskålstykkerne i smørret på panden ved middel varme. Vend stykkerne efter et par minutter, eller når de begynder at tage farve. Når de har fået lidt farve på alle tre sider, er de færdige.

Krydr med salt og peber, og servér.

