

STEGT SPIDSKÅL MED ÆBLER

Hurtigt tilbehør med fintsnittet spidskål og æbler, som steges let i lidt smør på panden.

•

Til

- 1 hoved spidskål
- 2 æbler
- evt. 2 spsk æbleeddike eller citronsaft
- 2 spsk smør
- salt
- peber

FEDTFATTIG

Skyl spidskålen og lad det dryppe godt af. Dup det evt. tørt med lidt køkkenrulle. Skær det i kvarte og fjern stokken. Snit derefter spidskålen fint, og læg den til side.

Skræl æblerne og skær dem i små tern (undgå kernehuset). Vend evt. æbleternene i æbleeddike i en skål.

Smelt smørret på en pande og svits spidskålen deri ved middel-høj varme i ca. 1 minut - "vend" den undervejs, så al kålen bliver svitset. Den skal kun lige mørnes, men stadig have bid (ikke brunes).

Tilsæt æblerne og skru ned for varmen. Bland godt sammen med spidskålen, og krydr med salt og peber.

Tag panden af varmen og servér

