

STEGT SPIDSKÅL MED KARRY

Spidskål og karry passer rigtig godt sammen. Dejligt tilbehør til f.eks. kylling, gris eller retter med hakket oksekød.

•

Til

- 1 hoved spidskål
- 2 spsk smør
- 1 spsk olie
- 1 spsk mild karry (eller efter smag)
- salt

FEDTFATTIG

Fjern evt. de yderste blade fra spidskålen. Skyl kålen og lad den dryppe af. Snit den fint (undgå den hårde stok i midten).

Kom smør og olie på en pande ved middelhøj varme. Tilsæt karry og lad det svitse et øjeblik, inden spidskålen tilsættes. Vend kålen så karryen fordeles, og tag panden af varmen, så snart kålen er faldet sammen.

Servér straks.

