



Beskrivelse

Rist sesamfrø og nigellafrø på en tør pande.

Skær gulerødderne i stave. Del broccoli i små buketter.

Kog gulerødderne i letsaltet vand i ca. 5 minutter. Kom broccoli i og kog dem sammen med gulerødderne i ca. 1 minut.

Marinade: Rør olivenolie, æblecidereddike, presset hvidløg, kardemomme, koriander, spidskommen, chilipulver, salt og peber sammen.

Hæld vandet fra gulerødder og broccoli og vend dem i marinaden. Drys de ristede sesamfrø og nigellafrø over.

Ingredienser

6 gulerødder
150 g broccoli

Marinade:

2 spsk. olivenolie
2 spsk. æblecidereddike
1 lille fed hvidløg
1/2 tsk. kardemomme
1/2 tsk. koriander
1/2 tsk. spidskommen
Lidt chilipulver
Salt og peber

Topping:

1 spsk. sesamfrø
1 spsk. nigellafrø