

Spicy spidskål

4 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

2 spsk. rapsolie

2 tsk. sennepsfrø

1 løg

1 spidskål

1/2 dl vand

1 spsk. tomatpure

1/2 tsk. gurkemeje

1 tsk. spidskommen

1 tsk. salt

1/2 tsk. cayennepeber (efter behov)

Beskrivelse

Hak løget fint. Skær spidskål i fine strimler.

Varm olien op på en pande. Svits sennepsfrøene til de popper. Tilsæt løg og svits ved middel varme i 5 minutter til de er gyldne.

Tilsæt spidskål og vand, rør rundt og læg låg eller staniol på i 5 minutter. Tilsæt tomatpure, gurkemeje, spidskommen, salt og cayennepeber.

Rør rundt og læg låg på i ca. 10 minutter til spidskålen er mør.