



Beskrivelse

Snit spidskålen fint. Skræl broccolistokken og skær den i små tern.

Varm olivenolie op på en pande. Brænd karry af heri. Tilsæt spidskål og broccolistok og svits til spidskålen begynder at falde sammen. Kom grønkålen i og svits videre til den falder sammen. Krydr med salt. Kom grøntsagerne på en tallerken.

Kom lidt olivenolie på panden. Steg ægget i 2-3 minutter ved lav varme, til hviden er stivnet.

Anret spejlægget på grøntsagerne. Krydr med salt og friskkværnet peber.

Ingredienser

100 g spidskål

1 broccolistok

1 håndfuld finthakket grønkål

Lidt karry

1 æg

Salt og peber

Olivenolie til stegning