



Stop madspild

Ingredienser

- 1 håndfuld fintsnittet spidskål
- 100 g rosenkål
- 1/2 løg
- 60 g grønne bønner
- 1 fed hvidløg
- Chilipulver efter behag
- 1 håndfuld spinat
- 100 g kogt eller stegt kylling, rest
- Salt
- Olivenolie til stegning

Beskrivelse

Snit spidskål fint. Skær rosenkål i halve. Skær løg i skiver. Skær bønner i halve. Snit spinat groft. Træk det tilberedte kyllingekød i mindre stykker med to gaffler.

Steg rosenkål på skærefladerne i olie på en pande. Vend dem, når de er gyldne. Kom løg og bønner på panden og svits til de er møre. Pres hvidløg over og krydr med chilipulver og salt. Vend spinat og kylling i og varm retten igennem.

Bred spidskål ud på en tallerken og læg de tilberedte grønsager og kylling oven på.