
Grøn forårs-saute med stegt æg og parmesan

Det skal du bruge til 4 personer

- 2 stk. gulerødder i tynde skiver
- 1 rødløg pillet og i tynde skiver
- 1 fed hvidløg hakket
- 10 stk. champignon i kvarte
- 4 stk. asparges delt i tre
- 3 stk. æg pisket sammen
- 1 lille pose høvlet parmesan
- Olivenolie
- 1 citron
- Basilikum

Sådan gør du

- Først pisker du æg sammen med salt og peber plus lidt parmesan
- Æggemassen steges af som en pandekage på en pande i et par minutter på begge sider
- Lægges til side og strimles.
- På samme pande - kommes lidt olivenolie på og alle grøntsagerne steges af ved høj varme så de tager lidt farve.
- Grøntsagerne vendes med revet citron, citronsaft og god sjat olivenolie.
- Smag til med salt og peber og top med frisk basilikum.
- Vend så de stegte æg og lidt parmesan på toppen

Velbekomme



Vi mødes i Brugsen