
Panko paneret Kammusling

Det skal du bruge

- 6 stk. kammuslinger - husk at fjerne den lille sene
- 1 dl panko rasp
- 1 lille spidskål
- 1 stk. citron
- 1 stk. blegselleri
- 100 gr forkogte grønne linser Beluga
- frisk koriander
- 1 pose blomkåls ris
- 1 spsk. havtorn
- 1 tsk. tranebær

Sådan gør du

- Vend muslinger i rasp – bages i ovn 225 grader 5 min - husk ovnen skal være varm – efterfølgende krydres med salt og peber
- Bland linser med selleri der er skåret i tynde skiver - samt bær - vendes med salt og peber - samt saft og skæl af citron
- Snit gerne lidt kål også - alt blandes og smages til - du kan evt. tilsætte lidt olivenolie hvis det er for sur en smag
- Serveres i kålblad

Velbekomme



Vi mødes i Brugsen