
Svinekotelet – kikærter og edamame i citron

Det skal du bruge til 4 personer

- 1 bakke svinekotelet
- 2 stk. citron
- 1 ps. edamame bønner
- 1 brik kikærter
- 1 spsk. løgpulver
- 2 stk. æbler
- 1 lille pose frisk spinat
- 1 ts. spidskommen
- 1 spsk. sennep

Sådan gør du

- Steg kødet af på begge sider
- Tilsæt kikærter og edamame bønner
- Det hele ristes af i lidt olie
- Tilsæt saft og skal af citron.
- Æbler i tern og spinat tilsættes – lad det lige varme igennem 5 minutter
- Smages til med spidskommen, sennep, løgpulver, salt og peber.
- Du kan evt. smage til med frisk persille eller mynte.

Velbekomme



Vi mødes i Brugsen