
Spicy and på grønkål

Det skal du bruge

- 2 stk. andebryst
- 1 spsk. sesam
- 2 spsk. Teriyaki
- Saft og skal af ½ appelsin
- 1 spsk. akaciehonning
- 2 blade grønkål
- 1 tsk. stødt kardemomme
- 1 tsk. Spidskommen
- Salt og peber

Sådan gør du

- And marineres med appelsin, honning, teriyaki og sesam
- Andebryst steges 16 min. ved 200 grader i airfryer
- Flæk søde kartofler og læg ved andebryst
- Bland fed yoghurt med kardemomme, spidskommen, appelsinsaft, sort peber og sesam
Kommes på de færdige bagte kartofler.

Velbekomme



Vi mødes i Brugsen