

Stegt spidskål med rød pebersauce, kartofler og pære-fennikelsalat

4 PERS



Stegt spidskål med rød pebersauce, kartofler og pære-fennikelsalat

4 PERS



Rød pebersauce

360 g rød peber (ca. 3 mellemstore peberfrugter)
2 store løg
10 fed hvidløg
Olivenolie
Salt
Ca. 2 dl kokosmælk
½ tsk. salt
Peber

Stegt spidskål

1-2 spidskål, alt efter størrelse
Plantesmør eller olivenolie til stegning
Ca. 100 g pinjekerner

Kartofler

Ca. 750 g nye kartofler

Pære-fennikelsalat med hasselnødder

1 fennikel
1,5-2 store pærer
Ca. 1-2 spsk. hvidvinseddike
ca. 2-3 spsk. olivenolie
Salt
Et par håndfulde hasselnødder
½ granatæble (kan undlades)

Rød pebersauce

Skær de røde peberfrugter i mindre stykker. Pil løget og hvidløg og skær dem i grove stykker.
Kom det hele på en bradepande beklædt med bagepapir. Stænk godt med olivenolie og drys med salt og vend grøntsagerne, så olie og salt er godt fordelt. Bag dem i ovnen ved 180 grader i ca. 25-40 minutter, indtil peberfrugterne er bagt godt igennem og har fået farve. Hold øje med dem undervejs, så de ikke brænder på. De må gerne blive lidt sorte i kanten men ikke helt forkullede. Blend det hele med kokosmælk, dog uden at blende for meget. Sauceen må gerne forblive lidt rustik. Smag til med salt og peber.

Stegt spidskål

Skyl spidskålen, fjern eventuelt de yderste blade og halver den på langs og skær hver halvdel i 2-3 aflange stykker. Stokken skal ikke fjernes.
Smelt lidt smør på en pande og læg spidskålene på. Drys godt med salt og peber og lad stykkerne stege ved middelvarme i ca. 15-20 minutter, indtil de har fået farve og er blevet lidt møre.
Rist imens pinjekernerne på en tør pande, indtil de har fået farve og er begyndt at dufte.
Tag spidskålen af panden og læg dem i et fad. Bag dem i ovnen ved 175 grader i ca. 15-20 minutter.

Kartofler

Kog imens kartoflerne til de er møre og tilbered pære-fennikelsalaten.

Pære-fennikelsalat med hasselnødder

Skær granatæblet over på midten og bank/pil kerner ud. Sørg for at den hvide hinde ikke kommer med.
Skær fenniklen i to halve (på tværs). Fjern stokken og skær fenniklen i tynde skiver på langs (ca. 1 mm tykkelse). Kom dem i en skål.
Halver pæren på langs, fjern kernehuset og skær den i tynde skiver. Kom dem i skålen med fenniklen.
Tilsæt hvidvinseddike, olie og salt og rør det hele sammen. Smag til med salt. Hak nødderne groft og drys dem over salaten lige inden servering og drys med granatæblekernerne.

Anretning

Server spidskålen med rød pebersauce, kogte kartofler og pære-fennikelsalat. Drys de stegte pinjekerner over spidskålen lige før servering.



Opskriften er udviklet af Kosmosvennerne

