



Grønkålskartofler med sprød sandart 4 personer

Ingredienser

200 g økologisk grønkål fra Sønderjyds Kål
800 g kartofler
50 g smør
½ tsk kværnet muskatnød
Salt
Peber

2 sandartfileter, ca. 600 g
Smør til stegning
50 g mandler
1 lille bundt dild
1 rødløg

Fremgangsmåde

Tø grønkålen op. Skræl kartoflerne og kog dem i letsaltet vand i 12 minutter og hak kartoflerne let. Smelt smør og varm den optøede grønkål i smørret. Vend de hakkede kartofler i og varm godt igennem. Smag til med kværnet muskatnød, salt og peber.

Skær sandarten i mindre stykker og steg dem på panden i smør. Start med skindsiden og steg dem i 2-3 minutter på hver side.

Serveringsforslag

Anret grønkålskartoflerne på en tallerken eller i en skål og servér med smørstegt sandart. Pynt med hakkede mandler, dild og tynde skiver rødløg.

Tip

Brug evt. anden hvid fisk som lyssej, torsk, hellefisk eller rødspætte.
Smørret kan erstattes med oliemargarine.

