



Bagt spidskål med persillesalsa og Vesterhavsost



2 personer



30 minutter



Oktober 2025

Ingredienser:

- 1 grønt spidskål
- Vesterhavsost
- Rapsolie
- Salt/peber
- Frisk timian

Persillesalsa:

- 1 håndfuld frisk persille
- 1 rød chili
- 1 skalotteløg
- 2 fed hvidløg
- 25 gr revet Vesterhavsost
- 1 spsk limesaft
- Saft og revet skal fra 1 lime
- 1 spsk balsamicoeddike
- 3 spsk olivenolie
- Salt/peber

Fjern de yderste blade på dit spidskål - skyl kålen og skær det i kvarte, så du har 4 stykker. Smør alle stykker med olie og drys med salt og peber. Bag i ovnen ved 180 grader varmluft, cirka 25 minutter.

Persillesalsa: Kom alle ingredienser i en minihakker og blend til du har en god konsistens. Du kan sagtens lave den i forvejen, og lade den trække sig endnu mere lækker på køl.

Anret: Fordel på 2 tallerkener 2 stykker bagt spidskål og top af med persillesalsa, revet Vesterhavsost, salt, peber og frisk timian.

Nyd gerne med et godt stykke brød, eller et stykke kylling på siden.

Velbekomme!

Find flere opskrifter fra Mama Brown
på Instagram @mamabrown.dk