

## Karrygrøntsager (6 pers.)

### *Ingredienser:*

500 gr. fintsnittet hvidkål  
200 gr. groftrevet gulerødder  
200 gr. porre i tynde strimler  
100 gr. grønne ærter  
1 tsk. olie  
2 tsk. karry

### *Tilberedning:*

1. Grøntsagerne rengøres og snittes.
2. Brænd karryen af i olien og tilsæt grønnsagerne
3. Grøntsagerne dampes møre i ca. 5 – 10 min.
4. Smages evt. til med salt.
5. Tilsæt evt. lidt væde, hvis grønnsagerne vil brænde fast i panden/gryden.

Tilbehør - K



Livsstilscentret  
Brædstrup Sygehus