

Kålpudding

Tillaga

- Koka bulgur: 1,5 dl bulgur + 3 dl vatten + en tärning grönsaksbuljong.



- Strimla 750 g kål och stek. Tillsätt 3 tsk salt och ringla över 3 msk sirap.
- Hacka och stek lök lätt.



- Blanda färs+bulgur+lök+ägg+svartpeppar.



- Täck botten i glasform med hälften av kålen.



- Bred över färsblandningen.
- Lägg på timjan.



- Lägg på resten av den stekta kålen.
- Toppa med 125 g färsk strimlad kål.
- Grädda i ugnen, 45 minuter 200°.



Innehåll

- 1,5 dl bulgur
- 3 dl vatten
- 1 tärning grönsaksbuljong
- 0,5 kg blandfärs
- Kvistar av timjan
- 2 ägg
- 2 gula lökar
- 1 huvud spetskål
- 2 tsk salt
- 1 tsk svartpeppar
- 3 msk ljus sirap

Kuriosa

Spetskål är ungefär som vitkål fast lite mildare och inte lika kompakt. Det är en favorit i tyska köksträdgårdar. Den kompakta formen gör att den kan odlas tätt. På engelska heter kålen Conhead Cabbage. Precis som vitkålen var det romarna som förde ut spetskålen i Europa.

