



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

# Æggekage med linquica pølser og tomat med spidskålsalat

## Det skal du bruge

¼ pose majsstivelse  
1 dl letmælk  
4 stk æg  
2 stk grillpølser m. linquica  
½ stk rødløg  
¼ stk spidskål  
100 g salatmix toscana  
½ pose sennepsvinaigrette  
½ stk foccacia brød  
2 stk tomater  
½ pakke purløg, frisk

## Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

## Fremgangsmåde

- 1** Tænd ovnen og varm op til 210°C (Varmluft).
- 2** **Æggekage:** Pisk majsstivelse og mælk sammen i en skål. Slå æggene ud i skålen, tilsæt lidt salt og peber og pisk det rigtig godt sammen. Varm lidt olie op på en pande, som kan gå i ovnen. Tilsæt æggemassen og lad den sætte sig i 2 min. Sæt panden i ovnen og bag ca. 10 min. til den er stivnet helt igennem.
- 3** **Linquica:** Skær hver pølse i 4-5 skriver på skrå. Varm en pande op med lidt olie og steg pølserne ved middelhøj varme. Pil imens rødløg og skær i både. Kom det på panden og steg det hele i 3-4 min. til det får lidt farve.
- 4** **Salat:** Snit spidskål i fine strimler og bland med salatmix i en skål. Vend det med senneps vinaigrette.
- 5** **Tilbehør:** Varm brødet i ovnen ca. 5 min. Skyl tomater og skær dem i både. Snit eller klip purløget så fint du kan.
- 6** **Anret:** Kom linquica og løg oven på æggekagen, derefter tomater og drys med purløg. Servér med salat og brød til.

## Allergener

Æg, Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, Sennep, Svovldioxid

## Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



## Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.032 kj / 725 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	47,4 g
heraf mættede fedtsyrer	14,1 g
Kulhydrat	39,1 g
heraf sukkerarter	8,6 g
Protein	35,5 g
Salt	3,5 g
Kostfibre	4,7 g