Karameliseret hvidkål med spicy oksekød

4 personer

¾ hvidkål
3 gulerødder
2 løg hakkede
2 hvidløg hakkede
400 g hakket oksekød
1 spsk Cajunkrydderi (evt. krydderi, du har og kender)
½ tsk stødt koriander
½ stødt spidskommen (kan udelades)
Evt. lidt chili/cayennepeber
Raps olie
Salt og peber

Brug de krydderier du og din familie kan lide og kender.

Hak løg og hvidløg
Skær gulerødder i skiver – ikke for tykke
Snit hvidkålen
Hav oksekødet klar

Jeg laver retten i min store jerngryde.

Svits løgene i den varme olie og sørg for, at de ikke brankes. Rør i dem hele tiden. Jeg bruger en stor hulske til at røre med – den er god! Løgene skal kun steges, så de er klare i farven.
Tag løgene op i en dyb tallerken
Svits gulerødderne ligesådan og tag dem op, når de er svitsede
Svits nu det hakkede oksekød og rør jævnligt i det også.
Tag også det op på tallerkenen.
Svits hvidkålene og tag hvidløgene med her.
(Hvis hvidløg svitses med løg eller for sig selv, har de tendens til at branke – og det er synd)
Når kålet er svitset kommes alle de andre ingredienser i gryden og vendes godt.
Krydderierne kommes i og retten varmes godt igennem – ca. 10 minutter.
Smages til og serveres i gryden på bordet.

Smager himmelsk!