



## Grillede gulerødder, spidskål og fennikel i folie

Grøntsagerne bevarer al deres smag, saft og kraft når de bliver grillet i alu-pakker! Du kan også bruge andre grøntsager – fx peberfrugt, squash og porrer.

★ ★ ★ ★ ★ (0)

[Bedøm opskrift](#)



30 min



Jun – Okt



Dagligt grønt



Vegetar



Lav på laktose



Lav på gluten

# Ingredienser

4 pers.

¼ spidskål

1 lille løg

4 gulerødder

1 stk fennikel

½ dl hakkede krydderurter

## Marinade

1 spsk olie

½ spsk eddike

1 tsk honning

1 knsp chili

salt og peber

# Tilberedning

- 1 Rens grøntsagerne. Snit spidskål i fine strimler. Hak løg groft. Snit gulerødder og fennikel i lange papirtynde strimler – brug evt. en skrællekniv til at lave de lange strimler.
- 2 Hak krydderurter efter eget valg fint.
- 3 Rør marinaden sammen og bland den i grøntsagerne.
- 4 Pak blandingen i alufolie med lukningen opad. Sæt pakkerne på grillen i 5-10 minutter.
- 5 Drys evt. lidt krydderurter på grillsalaten inden servering.

