

roergebakken groenlof of snijbiet



een gezonde groente met veel ijzer en vitamine

Koken : 10

Totaal : 10 min

Opbrengst : 2

Ingrediënten

1 kg. groenlof of snijbiet

1 grote teen knoflook

2 eetl. olijfolie

zeezout en vergemalen zwarte peper

1 eetl. citroensap {desgewenst}

Recept

verhit de olie op middel hoog vuur, en laat de knoflook

1 min. meebakken, voeg de gekoelde groenlof toe

en roerbak een paar minuten

bestrooi met wat zout en peper en wat citroensap

en dien meteen op

<https://www.smulweb.nl/recepten/937191/Roergebakken-groenlof-of-snijbiet>